علم النفس

المعرفي

الأستاذ الدكتور

محمود كاظم التميمي



www.darsafa.net

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿ وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ إِلَى عَالِمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ ﴾

صدق الله العظيم

علم النفس المعرفي

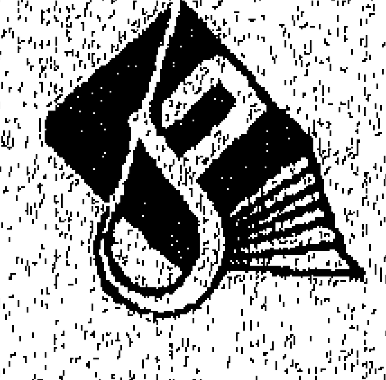
علم النفس المعرفي

الاستاذ الدكتور

محمود كاظم التميمي

الطبعة الأولى

2014م - 1435هـ



دار صفاء للنشر والتوزيع



دار صفاء للنشر والتوزيع

علم النفس المعرفي

أ. د. محمود كاظم التميمي

الواصفات:

علم النفس المعرفي

رقم الإيداع لدى دائرة المكتبة الوطنية
(2012/12/4389)

ردمك ISBN 978-9957-24-878-9

عمان ـ شارع الملك حسين

مجمع الفحيص التجاري ـ تلفاكس 4612190 6 962+

هاتف: 4611169 6 962+ ص . ب 922762 عمان ـ 11192 الأردن

DAR SAFA Publishing - Distributing
Telefax: +962 6 4612190- Tel: + 962 6 4611169
P.O.Box: 922762 Amman 11192- Jordan
E-mail:safa@darsafa.net
www.darsafa.net

إهـــداء

الى وطني الحبيب الملاذ الامن

الى روح والدي برا واحسانا

الى روح اخي اكرم وفاءا واعتزازا

الى زوجتي الست عائدة عبد المنعم المختار تقديرا وعرفانا

الى ابنائي.....

أحمد – أشرقت – أيات – زينة

أهدي هذا الجهد

أ . د محمود التميمي

الفهرس

الفصل الرابع: علم نفس اللغة

الفصل الخامس: الاساليب المعرفية

الفصل السادس: النظريات المعرفية

مقدمة

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيد المرسلين ابا القاسم محمد وعلى ال بيته الطيبين وصحبه المنتجبين الى يوم الدين ، أما بعد فقد جاءت فكرة كتابة علم النفس المعرفي منذ ان درست هذا الموضوع في مرحلة الدكتوراه وأحسست حاجة طلبة الدراسات العليا والمهتمين في ميدان العلوم التربوية والنفسية الى هذا الموضوع , نظرا لسعته وشموليته فضلا عن قلة الكتابة فيه قياسا بالموضوعات الاخرى وعندما سبرت غور هذا الميدان حاولت جاهدا ان لا اكون تقليديا ، بل وددت ان أسلط الضوء على موضوعات لم تحض بأهتمام الباحثين بشكل واسع أو بالاخرى لم يكتب عنها في ميدان علم النفس التربوي الذي هو المنطلق الأساس لعلم النفس المعرفي ، ونظرا للأهتمام المتزايد والكبير بالمنظر المعرفي في العقود الخيرة كونه منطلقا لتفسير السلوك ، وكلما كان الفكر سليما والأفكار صحيحة كلما كان السلوك سليما والممارسات السلوكية صحيحة ، ولهذا جاءت عديد من النظريات المعرفية لتفسر التفكير وطرائقه وكيفياته فضلا عن عمليات التفكير الصحيحة والعقلانية . وفي مجال الأرشاد والعلاج النفسي ظهرت عديد من نظريات العلاجية والمعرفية لتعالج مشكلات نفسية وتعديل سلوك ، مما جعل الحاجة ماسة الى علم النفس المعرفي سواء في النمو النفسي او في علم النفس التربوي أو علم النفس الارشادي أو في جميع حقول العلوم التربوية والنفسية ، والكتاب كتب للمثقفين والمهتمين والمتخصصين عسى أن يكون مفيدا للجميع ويحتل مكانه الطبيعي في المكتبة النفسية.

نسأل من الله التوفيق للجميع ، ولابد من تقديم الشكر والعرفان وبالجميل الى من كان لهم الفضل في هذا الأنجاز العلمي وأخص بالذكر زوجتي

الست (عائدة عبد المنعم المختار) وطلبة الدراسات العليا وبالأخص طالب الدكتوراه (علي دهام) لما بذلوه من جهد في أنجاز هذا الكتاب.

اتذرع للباري عزوجل ان يعم المعمورة الأمن والأمان والسلام

أ . د محمود التميمي

الفصل الأول

مدخل علم نفس المعرفي



الفصل الأول

مدخل علم نفس المعرفي

تعريفات علم النفس المعرفي

1 – **عرفه نايسر (Neisser , 1967)/** انه العلم الذي يدرس العمليات التي من خلالها تدخل المعلومات الحسية إلى الدماغ وكيف يتم تنظيمها وخزنها واستعادتها واستخدامها في مجالات الحياة اليومية.

2 – **عرفه اندرسون (Anderson , 1995)/** انه العلم الذي يدرس طبيعة البنية المعرفية للإنسان وكيفية تصرفه في مجالات حياته اليومية.

هو العلم دراسة العمليات المعرفية التي تتضمن استقبال المعلومات وتنظيمها وخزنها لوقت الحاجة أو لتوجيه استجابة الأفراد المباشرة.

لماذا ندرس علم النفس المعرفي

إن دراسة العمليات المعرفية وسبل التعامل مع المعلومات والمعرفة وتجهيزها تخدم الإنسان بصرف النظر عن موقعه سواء كان فرداً عادياً أو مختصاً في علم النفس وعلى الرغم من ذلك يمكن ايجاز أهم المبررات (الأسباب) التي تدعونا إلى دراسة علم النفس المعرفي والمتمثلة بما يأتي:

1 – **طبيعة العقل الإنساني المعقد:** لقد حاول الإنسان ومنذ القدم فهم عقل الإنسان وكيف يفكر ويتخيل ويحلم.

2 – **التقدم العلمي والتكنولوجي:** مع زيادة العلوم والتكنولوجيا تزداد المطالب المعرفية على كل فرد مما يسبب زيادة التوتر والضغوطات النفسية لديه ويولد الحاجة إلى آليات للحفظ والتذكر وتمثيل المعلومات لمساعدة الناس على التكيف مع عصر السرعة والانفجار العلمي والتقني.

3 – **فشل الآلة في القيام بدور العقل الإنساني :** رغم كل التقدم الذي حدث في مجال التقنيات والاتصالات الحديثة ألان إن هذه الآلات لم

تنجح بعد بالقيام بدور العقل البشري الفعال والوظائف العقلية المعقدة مثل التفكير والانجاز والإبداع والتخيل وغيرها.

4 – **ظهور النظريات المعرفية:** مثل نظرية بياجية وبرونر وازوبك وغيرها أدت إلى تطور مفاهيم معرفية ساهمت في بناء علم النفس المعرفي فأدخل بياجية مفهوم البنية المعرفية، الخطط المعرفية أو التمثيل والمواءمة وغيرها.

5 – **القدرات العقلية قابلة للنمو والتطور:** مما ييسر لعلم النفس المعرفي المساهمة في تطوير هذه القدرات كالقدرة على التذكر.

6 – **الاتجاهات المعاصرة في دراسة الظواهر السلوكية:** لقد تزايد حديثاً الاهتمام بالاتجاه المعرفي والفسيولوجي وقابلية رفض علماء النفس للمنظور السلوكي والمنظور التحليلي لعجزهما عن تفسير الظواهر المعرفية المعقدة كما أثيرت الكثير من الانتقادات السلوكية في فهم وتفسير اكتساب اللغة التي تعد احد الجوانب المعرفية الهامة في علم النفس المعرفي.

7 – **زيادة عدد البحوث المعرفية:** تزايد اهتمام علماء النفس في القرن العشرين بالبحوث العلمية في مجالات علم النفس المعرفي مثل بحوث الذاكرة وحل المشكلات والإدراك ومعالجة المعلومات واللغة وغيرها.

التطور التاريخي المعرفة وعلم النفس المعرفي

نال موضوع المعرفة اهتمام المفكرين في كل العلوم ولاسيما الفلسفة وتشترط الفلسفة ثلاثة عناصر لحدوث المعرفة وهي:-

1 – الذات المدركة العاقلة.

2 – توفر موضوع في البيئة تدور حوله المعرفة.

3 – توفر العلاقة بين الذات والموضوع.

أهم وجهات النظر في حدوث المعرفة

1- **مذهب الشك/** وتعود جذوره إلى (ابزيقوس) و(الامام الغزالي) و(ديكارت) وغيرهم، ويعتقد أصحاب هذا المذهب باستحالة حدوث الحقيقة أو العثور عليها وذلك لعدم الثقة في الحواس والعقل بسبب خداع الحواس واستحالة الحصول على البراهين القطعية.

2 – **المذهب العقلي/** وتعود جذوره إلى أفلاطون وأرسطو إذ يذهب أصحاب الاعتقاد بإمكانية تحقيق المعرفة لان العقل هو القوة التي تدرك ماهية الأشياء والحقيقة المطلقة.

3 – **المذهب التجريبي/** من اتباعه كونت وجان لوك وغيرهم إذ يعتقدون إن المعرفة ناتجة عن التجربة والخبرة ولذلك فالمعرفة مكتسبة وقابلة للتعلم.

4 – **المذهب النقدي الكانطي/** حاول كانط التوفيق بين المذهب العقلي والتجريبي إذ أكد إن الانطباعات (الخبرة) ليست المصدر الوحيد للمعرفة فقد اعترف بوجود التصورات القبلية أو ما عرف بالمعرفة القبلية.

علم النفس المعرفي في المنظور التاريخي

إن أهم ملامح الفترات الزمنية المختلفة للتعرف على الجذور البحث في الظواهر المعرفية قبل استقلال علم النفس وبعده.

1 – **فلاسفة اليونان/** أفلاطون أول الفلاسفة الذين تحدثوا عن نظرية النسخ والتي تشير إلى إن المخ هو عبارة عن طبقة شمعية تنطبع عليها المعلومات وكلما بقيت هذه المعلومات لفترة أطول، كما اهتم أفلاطون بالإدراك والذاكرةواعتبراها الطريقة التي تطبع بها المعلومات من البيئة في العقل (المخ).

إما أرسطو تلمذ أفلاطونفقد أكد إن العقل هو عبارة عن شمعة تبنى عليها الإحداث والخبرات وذلك عن طريق الحواسالتي نستسقي منها المعلومات الصادقة

مما هيأ الفرصة لظهور الاتجاه الامبيريقي(التجريبي) في المعرفة عن طريق الحواس، كذلك تحدث أرسطو عن قوانين الفكر إذ اعتقد إن الأفكارتصبح مترابطة من خلال الاقتران أو التشابه أو التناقض بين الأفكار مما هيأ الفرصة لظهور اتجاه الارتباطية.

2 – **فلاسفة العصر الإسلامي/** كان لإسهامات الفلاسفة والعلماء المسلمين دوراً بارزاً في تطور الاهتمام بدراسة العمليات المعرفية في القرون اللاحقة، فمثلاً اهتم أبو جعفر الجزار بفقدان الذاكرة وأسبابها، كما كتب اسحق ابن حنين الرسالة الشافية في علاج النسيان، إما أبو بكر الرازي فقد استعمل مبدأ الإيحاء في الحصول على المعلومات وتنشيط الذاكرة واشتهر بأساليبه المعرفية في العلاج النفسي، كما اشتهر ابن سينا بمناقشة معضلة العلاقة بين النفس والجسد إذ اعتبر النفس مصدر الحركة لان الإنسان يشعر بالنفس وليس الجسد المادي.

إما الامام الغزالي فشهرته كبيرة في مجال طرائق التعلم وطرق تغيير السلوك، وتكوين الخبرة للتخلص من العادات الضارة واستبدالها بالعادات الحسنة وعلاقة التعلم بالثواب والعقاب.

3 – **فلاسفة وعلماء القرون الوسطى/** ظهر العديد من الاعلام الذين كان لانجازاتها اثر في تطور وتبلور علم النفس المعرفي أهمهمديكارت (1596 – 1650)، وقد اهتم بمعضلة علاقة الجسد بالنفس واعتبر العقل مسؤولا عن الإحساس والذاكرة بينما اعتبر الجسد جهازاً فيزيقياً له وظائف جسدية محددة كالهضم والدورة الدموية والتنفس وآمن ديكارت بالغرائز كمحرك لأفكار الإنسان ونشاطه العقلي إذ اعتبر الفطرة أو المصدر للمعلومات والأفكار مما مهد الطريق لأصحاب نظرية الغرائز من أمثال فرويد ومكدوجل وغيرهم لتطوير نظريتهم واتجاهاتهم الحديثة في فهم السلوك الإنساني.

إما جون لوك (1637 – 1709) خالف ديكارت وأيد أرسطو عندما أكد إن المعرفة مصدرها الخبرة وليس الفطرة لان عقل الإنسان يولد كصفحة بيضاء وتضاف إليه المعلومات من خلال الخبرة والتفاعل مع البيئة.

4 – **الارتباطية البريطانية في القرنيين الثامن عشر والتاسع عشر (مل، هوبيز، بين، هيوم، باركلي)/** أكد هؤلاء على إن المعرفة الإنسانية تتألف من سلسلة من الترابطات التي تحكم بفعل مبدأ التجاوز المكاني أو الاقتران الزمني وكلما تكرر ظهوره أصبحت مرتبطة بشكل اقوى (رجل، امرأة)، (برق، رعد)، (إبرة، خيط)، (فلفل، ملح)، (آذان، إفطار).

5 – **كانتKant/** ويمثل كانت الاتجاه العقلي والتجريبي في القرن الثامن عشر إذ أكد إن المعرفة تتأثر بالخبرة والتعقل معاً لان العقل يصقل الخبرة ويوجهها فأنكر دور الغريزة وأكد على أهمية البيئة والخبرة، وسمي مذهبه (المذهب النقدي) لجمعه بين الاتجاهين العقلي والتجريبي.

6 – **وليم فونت/** ويمثل الاتجاه التركيبي في علم النفس إذ اعتمد منهج الاستبطان في تحليل الخبرة الشعورية إلى عناصرها الفرعية كخبرات التفكير والانتباه والإحساس وغيرها.

7 – **ابنكهاوس/** ويمثل ابنكهاوس الاتجاه المعرفي ألارتباطي في علم النفس إذ اعتبر المعرفة مجموعة من الارتباطات يمكن اكتسابها من خلال الخبرة والمراس وقد رسخ المنهج التجريبي في البحث من خلال دراسة قدرة الإفراد على تذكر أزواج من الكلمات المترابطة أو عديمة المعنى (التعلم التسلسلي) ودراسة اثر الاقتران والتجاور المكاني في تذكر قوائم الكلمات.

8 – **ارتباطية القرن العشريين الارتباطية (جيمس، ثورندايك، وطسن)/** نشطت في الولايات المتحدة الأمريكية حركة اعتمدت فكرة الارتباطات التي نادى بها ابنكهاوس وقد نادى جيمس مؤسس علم النفس في أمريكيا برفض فكرة الخبرات الشعورية بطريقة فونت و نادى بالدراسة التجريبية القائمة على فكرة الارتباطات.

9 – الاتجاه الجشتالتي (كوهلر، كوفكا، وغيرهم)/ قاوم الاتجاه الجشتالتي فكرة تجزئة الخبرة الشعورية إلى أجزاء أو عناصر وأكد على أهمية النظرة الكلية إلى المواقف والظواهر النفسية المدروسة لان مدركات الفرد وخبراته تعد ذات خصائص كلية لا يمكن تجزئتها وادراك العلاقات القائمة بين عناصرها دون الدراسة والفهم الكلي لهذه الظواهر.

10 – الحركات الحديثة المؤثرة في تطور علم النفس المعرفي/ ظهرت العديد من الحركات والتطورات التي ساهمت في تطور علم النفس المعرفي فيها.

ا) زيادة البحوث المهتمة بتطوير الأداء الإنساني إثناء الحروب العلمية الثانية والفترات التي تليها في الخمسينات.

ب) كان لتطور علم الحاسبات وتطور صناعة الحواسيب وسرعة انتشارها.

ج) تطور البحوث والدراسات في مجال اللغة خلال فترة الخمسينات من القرن الماضي.

د) تقدم علوم الفسيولوجية والطب والتشريح والتي كان لها الأثر في فهم الأسس البيولوجية للسلوك.

هـ) تطور الاهتمام بدراسات علم النفس المعرفي بشكل عام إذ ظهر أول كتاب متخصص بعلم النفس المعرفي على يد نايسر عام 1967 عنوانه (علم النفس المعرفي).

علاقة علم النفس المعرفي بعلم الحاسوب

تعد التطورات في مجال علوم الحاسوب ولاسيما في مجال الذكاء الاصطناعي الذي يحاول جعل الحواسيب تؤدي سلوكيات ذكية من المجالات العلمية التي ترتبط بطريقة معالجة المعلومات وفي الخمسينيات أدرك بعض السيكولوجيين ملائمة علم الحاسوب لمواضيع في علم النفس، وان سلوك

الحاسوب يشبه سلوك الإنسان فكلاهما يأخذ المعلومات ويجري عليها بعض العمليات داخلياً ، ثم يقدم ناتجاً أو مخرجاً ملاحظاً ، وهذا الناتج يعكس بطريقة أو بأخرى ما جرى بالداخل ويدل عليها ، ويمكن القول إن التوصل إلى نتيجة تفيد بأن النشاط العقلي للإنسان يمكن فهمه من خلال القيام على هذه الآلة الذكية كان انجازاً مفصلياً بالرغم من ذلك فان التأثيرات المباشرة لنظريات الحاسوب على علم النفس المعرفي كانت بسيطة ، في حين كانت التأثيرات غير المباشرة لها هائلة فقد تمت استعارة عدد كبير من المفاهيم من علوم الحاسوب لتستعمل في النظريات النفسية المعرفية إضافة إلى الاستفادة من الطريقة التي يتم فيها تحليل سلوك الآلة الذكي في مجال ذكائنا وكسر الحواجز والتغلب على المفاهيم الخاطئة المرتبطة به.

موضوعات علم النفس المعرفي

من الصعب تحديد جميع موضوعات علم النفس المعرفي وذلك بسبب تعدد مادته وقضاياه التي يعالجها تقليدياً أو يعالجها الآن، وسنقسم موضوعات علم النفس المعرفي إلى موضوعات تقليدية وأخرى حديثة كالآتي:-

أولا : الموضوعات التقليدية وأهمها

1 – **الانتباه/** هو احد العمليات المعرفية التي تعمل على تنسيق التعامل مع المثيرات البيئية العديدة من اجل تركيز الانتباه والإدراك على مثيرات محددة من خلال حواسه المختلفة.

2 – **الإدراك/** القدرة على فهم وتحليل المعلومات التي تنقلها الحواس إلى العقل الإنساني (الدماغ) هذا عن الإدراك الحسي إما الإدراك العقلي فهو أرقى من ذلك ويختص بالإنسان دون سائر المخلوقات ويتم في الأغلب دون الاعتماد على الحواس (أي فوق الإدراك الحسي).

3 – **الذاكرة/** استقبال المعلومات في مراكز الذاكرة المختلفة وتحليلها وترميزها وتخزينها واسترجاعها عند الضرورة.

4 – **التفكير والتخيل/** معالجة المعلومات واتخاذ القرارات المناسبة حولها والقدرة على بناء الصور العقلية والذهنية.

5 – **اللغة/** اكتساب اللغة وتطورها وفهمها وتحريرها وتركيبها.

6 – **حل المشكلات/** القدرة على حل المشكلات ونظريات حل المشكلات ومراحل الحل واستراتيجياته.

7 – **تمثيل المعلومات/** آلية تنظيم وتسجيل المعلومات في الذاكرة وطرق تمثيل المعلومات السمعية والبصرية.

8 – **الأسس البيولوجية للمعرفة/** ربط السلوك المعرفي بالأجهزة الجسمية والحسية ودراسة دور الجهاز العصبي والدماغ بشكل خاص في تنظيم وضبط العمليات المختلفة كالذاكرة والتعلم والترميز والتمثيل وغيرها واعتبار الدماغ كرديف لمفهوم العقل.

9 – **النمو المعرفي/** يهتم علم النفس المعرفي بدراسة النمو المعرفي للفرد منذ مرحلة الطفولة وحتى المراحل العمرية المتقدمة، وقد توافرت نظريات نمائية معرفية مثل نظرية بياجية وازوبك وبرونر وغيرها مما قدمت العديد من المفاهيم المعرفية التي ساهمت في تطوير علم النفس المعرفي مثل البنية المعرفية ومفهوم التكيف ومفهوم التوازن وغيرها من المفاهيم في النظريات الأخرى.

10 – **الأنماط المعرفية Cognitive Styles/** وتتناول البحث في الفروق بين الإفراد في أساليب معالجة المعلومات وتحقيق الإدراك والفهم للمثيرات الحسية التي يتعامل معها الفرد، فلكل فرد أساليب منفصلة في التعامل مع المعلومات الحياتية اليومية مما يعكس أسلوب التفكير الخاص به وواقعه الوجداني والاجتماعي.

لقد حدد العلماء العديد من هذه الأنماط وكان من أشهرها (نمط الاعتماد على المجال مقابل النمط المستقل عن المجال، ونمط تحمل الغموض مقابل عدم تحمل الغموض، ونمط التعقيد مقابل التبسيط، ونمط مقابل التركيز مقابل

التفحص، ونمط المخاطرة مقابل الحذر، ونمط الضبط المتصل مقابل النمط المرن، والنمط الاندفاعي مقابل النمط التأملي).

ثانياً: الموضوعات الحديثة وأهمها

1 – **علم الأعصاب Cognitive Neuroscience**/ ويهتم بدراسة دور الدماغ في تفسير العمليات المعرفية من خلال إصابة الدماغ (الحوادث والتلف) وتحديد جوانب القصور المعرفية الناتجة عن هذه الإصابة في مجال اللغة والإدراك والانتباه والذاكرة وغيرها.

2 – **الذكاء الاصطناعي Artificial Intelligence**/ ويهتم هذا الموضوع بمحاولة جعل الحواسيب تقدم العمليات المعرفية من خلال تصميم البرامج الذكية التي تحاكي العقل الإنساني وتطوير الخبيرة للقيام بعمليات معرفية نظراً للتشابه الكبير بين آلية عمل ومعالجة المعلومات بين الحاسوب والعقل الإنساني.

3 – **اتجاه معالجة المعلومات Information Processing Approach**/ يعدا هذا الاتجاه من الموضوعات القديمة نسبياً في علم النفس المعرفي إلا انه ومع تطور نظم الحواسيب والاتصال، تبلور هذا الاتجاه وبدأ بدراسة الخطوات والمراحل التي يتم من خلالها معالجة المعلومات وفق نظام معالجة يتسم بالتسلسل والتنظيم ويحاكي نظم معالجة المعلومات في العقل الإنساني وتطوير النظم الخبيرة للقيام بعمليات معرفية، فالتشابه كبير في آلية عمل معالجة المعلومات بين الحاسوب والعقل الانساني.

4 – **تنمية التفكير Developing Thinking**/ تسعى البحوث الحديثة في علم النفس المعرفي إلى الاهتمام بالتفكير وتنمية التدريب عليه من خلال برامج معدة لهذا الغرض، وقد بدأ علماء النفس ينظرون إلى إن اشكال التفكير المختلفة قابلة للنمو والتعلم، ولذلك لابد من ادراجها ضمن مناهج ومقررات الصفوف التعليمة المختلفة وخصوصاً ما يتعلق باشكال التفكير العليا كالتفكير الناقد والتفكير التأملي، والتفكير المجرد والتفكير المنطقي، كما ويبرز اتجاه معاصر ينادي إلى الاهتمام

باشكال التفكير المتقدمة كالتفكير ما وراء المعرفي والذي يتناول التفكير بالتفكير من خلال التخطيط والمراقبة والتقديم لعمليات التفكير المختلفة للفرد من خلال تعامله مع مهمات معينة.

5 – اتجاه العمليات الموازية الموزعةParallel Distributed Processing/

ويؤكد هذا الاتجاه على دراسة العمليات المعرفية من خلال تتبع المثيرات الحسية في شبكة الترابطات العصبية داخل أجزاء الدماغ المختلفة لفهم كيفية حدوث الاستجابة المعرفية.

البناء المعرفي

يرى علماء النفس المعرفيون إن البناء المعرفي هو خلاصة خبرات الفرد الناتجة عن تفاعله مع العوامل البيئية والوراثية والبيولوجية (الدماغ) ومن خلال نموه وتكيفه في مراحل عمره المختلفة ،ويرتبط بنمو البناء المعرفي لدى الفرد نمو وتطور التكوينات الجديدة للوحدات المعرفية والعمليات والوظائف المعرفية المختلفة المنعكسة عنها ، فكلما تعقدت هذه الوظائف دلت على تطور البناء المعرفي للفرد لان البناء المعرفي يشكل أحد الأسس الهامة التي تقوم عليها نواتج تمثيل المعرفة.

ويرى بياجيه إن البناء المعرفي مفهوم أساسي في النمو المعرفي حيث ينمو بشكل هرمي- تراكمي مما يسمح للفرد بعبور المراحل النمائية المعرفية الأربعة لبياجيه.فهو تعبير عن ما يمكن الفرد من استيعابه وتمثله داخلياً ،ويتفق جانيه مع رأي بياجيه بان البناء المعرفي للفرد ينمو وينتظم هرمياً كمكونات فرعية تسير عن البسيط إلى المركب تماماً ،أما اوزوبل فهو يرى إن البناء المعرفي عبارة عن مجموعة منظمة من الخصائص والمفاهيم والحقائق التي تتوفر للفرد في لحظة ما خلال تفاعله مع البيئة فيحاول دمجها مع خبراته السابقة بطريقة منظمة وهرمية.

ويحدد فلافل (Flavell1979) ثلاث خصائص للبناء المعرفي هي:-

1. خصائص تتعلق بالفرد: وتتميز بمعرفة الفرد ووعيه بخصائصه الذاتية وإمكانياته ودوافعه وحالته الفسيولوجية.

2. خصائص تتعلق بالمهمة :وتشير إلى إن الفرد ينظم بناءه المعرفي على أساس طبيعة المهمات وخصائصها.ويتطلب البناء المعرفي معرفة الفرد إن تعلم مهمات معينة يرتبط بممارسة أنواع معينة من المعالجة.فالمهمات التي تتطلب التذكر مثلاً تتطلب بنى عقلية متواضعة مقارنة مع المهمات التي تتطلب إصدار الأحكام حيث أنها تتطلب قدراً عالياً من البنى العقلية المعقدة.

3. خصائص تتعلق بالإستراتيجية المتبعة في المعالجة: إما الإستراتيجيات ألمعرفية فتساعد في ألوصول إلى هدف واضح ومحدد، أما ألأستراتيجيات ما وراء المعرفية فأنها تعلم الفرد ممارسة التوجيه الذاتي كما إن ممارسةالتخطيط والمراقبة والتقويم للمهمات تساعد على تقوية البناء المعرفي للفرد.

والبنية المعرفية مفهوم افتراضي لا يوجد له أساس بيولوجي واضح رغم العديد من محاولات العلماء تحديد ذلك فسيولوجية لذلك فأن هنالك العديد من الصعوبات في قياس البنية المعرفية بشكل عام.أما إذا أردنا قياس البنية المعرفية في مجال محدد كالرياضيات أو قواعد اللغة مثلاً، فأن ذلك ممكنناً، أما قياس البيئة المعرفية خارج إطار المعرفة الأكاديمية المحددة، فأن ذلك أمراً صعباً،وقد أقترح الزيات 1998 نموذج من ثلاث خطوات قد تساعد في قياس البيئة المعرفية ولكنه لا يستطيع قياس جميع مكوناتها وهذه الخطوات هي:-

1. استثارة المعرفة: وذلك من أجل قياس فهم الفرد للعلاقات بين المفاهيم مثل اختبار التداعي الحر وتقدير العلاقات بين المفاهيم والتقدير العددي أو الكمي المباشر لدرجات العلاقة أو الارتباط بين المفاهيم.

2. تمثيل المعرفة المستثارة:وتعمل على تحديد بعض التمثيلات الداخلية لمجال معرفي محدد مثل نماذج الشبكات في التمثيل المعرفي، حيث إن التمثيلات الفضلى هي التي تعكس التنظيم المنطقي للوحدات المعرفية في البنية المعرفية.

3. تقويم تمثيل المعرفة المشتقة لدى الفرد: ويتطلب مقارنة معرفة مجال معرفي معين مع معيار خارجي محدد لمحاكمتها مثل مقارنة معرفة شخص ما مع معرفة الخبير أو مع بنية معرفية مثالية.

خصائص المخططات العقلية

للمخططات العقلية خصائص عديدة منها:-

1. أن المخططات هي توليد وتجريد للمعرفة بصورة منظمة ومختصرة تساعدنا على تحديد الخصائص الجانبية التي يمكن الاستدلال من خلالها على النوع أو الصنف، وفي حالة عدم توفر هذه الخصائص فأن المخطط يساعد على تكملة الفراغات للخصائص الناقصة كعملية إدراكية.
2. أن المخططات توفر علينا التعامل مع كم هائل من المعلومات وقت التعرض لمثير أو موقف معين يدور حوله المخطط.
3. المخططات العقلية توفر لنا القدرة على إعطاء أحكام سريعة نحو موضوع ما.
4. تتباين المخططات العقلية في درجة تجريدها حيث أن مخطط مفهوم الديمقراطية يعد أكثر تجريداًأو تعقيداً من مخطط مجموعة ألفواكة.
5. أنها تزودنا بالمعلومات والمحتوى الذي يساعدنا في تفسير الاحداث والمثيرات من حولنا إلا إن هذه المعلوماتقد تتغير من حالة إلى أخرى.
6. أنها تعكس التفصيلات والخصائص الأساسية للخبرات الموجودة عند الفرد.
7. بالرغم من أنها يفترض إن تعكس خبره الفرد ألا أنها تعكس خبره أفراد المجتمع الواحد الذي ينتمي إليه الفرد.
8. تتميز المخططات بالاستقرار النسبي عبر الزمن إلا أنها قابله للتطور والتغير.

9. نحن نعرف كيفيه استخدام المخطط أكثر من علمنا عن كيفيه اكتسابه.
10. يساعدنا المخطط في عمل تنبؤات عن المعلومات غير الكاملة ويهدم المعلومات عديمة القيمة أو المعنى أو المعلومات القديمة.
11. أن المخططات قد تتعاظم (Accretion) من خلال المعلومات الجديدة دون أن تتغير.
12. عند اكتساب الفرد معلومات جديدة لا تتماثل مع المخطط يحصل نوعان من التماثل، إما أن تتسق مع المعلومات في المخطط أو يتم أعادة تركيب المخطط لكي يتطابق مع المعلومات الجديدة.
13. المخططات أشبة بلعبة تعلمها الفرد لها تكتيكاتها واستراتيجياتها الخاصة.
14. أن المخططات العقلية تعكس توقعات الناس أو احتمالات حدوث سلوك أو موقف معين.

ولهذه الخصائص السابقة ولان عينة البحث الحالي هم طلبة مرحلة إعدادية إي في مرحلة تمثيل رمزي فأن الباحثة قد اختارت نموذج المخططات العقلية لقياس التمثيل المعرفي لإفراد عينة البحث، حيث ترى الباحثة انه مناسباً عمرياً لقياس التمثيل المعرفي لديهم.

أنواع المخططات العقلية:

هناك أنواع عدة من المخططات العقلية وضعها ستيربنرج (2003):-

1- **المخططات الشخصية** Personal schemas

وتدور حول المهارات الشخصية والقيم والاتجاهات الخاصة بالفرد والتي تنظم سلوكه الشخصي مثل نمط اللباس وأسلوب الحديث والحوار.

2- **مخططات سكيما الوقائع** Event or script schemas

وهي مخططات تنظم تعاملنا وتفاعلنا مع الاحداث التي تدور حولنا في البيئة.

3- **مخططات الدور** Role schemas

وهي مخططات تضع تصورات حول الأدوار التي يفترض من الآخرين القيام بها في مواقع محدده، وتساعد هذه المخططات في التعرف على الآخرين من أدوارهم أو الحكم عليهم لمعرفة درجة تطابق توقعاتنا مع تصرفاتهم.

4- **مخططات السكيما الجندرية** Gender schemas

طورت هذه النموذج ساندرابيم (Sandrabem, 1983) وهذه النموذج يتضمن النظريتين المعرفية والتعلم الاجتماعي والسكيما الجندرية تشبه السكيما في نظرية بياجية ،فهي عبارة عن أنماط معرفية منتظمة من السلوك تساعد الطفل في تصنيف المعلومات، إما السكيما الجندريه فهي نمط من أنماط السلوك المتسق مع الجندر،ويشير هذا الاتجاه إلى إن اكتساب ألهوية الجندرية يعتمد إلى حد ما على نشوء السكيما الجندريه وتعرفها ساندرا بأنها عبارة عن اطر مرجعية معرفية تعكس خبرات الأطفال المتصلة بالمعتقدات الاجتماعية المتعلقة بصفات الذكور والإناث مثل تعليمات الوالدين وملاحظاتهم المتعلقة بتصرفات الذكور والإناث في مجتمعهم إضافة إلى طريقة اللبس والألعاب وكل ما يتعلق بثقافة المجتمع.

ويضع ستيرنبرج (Sternberg 2003) مقارنة لخصائص الإنسان المتفوق (المميز) والإنسان العادي وكما مبين في الجدول ادناه:

خصائص الانسان المتفوق والعادي

في حل المشكلات ومن وجهه نظر ستيرنبرج

ت	المتفوق	العادي
1-	يمتلك مخططات عقلية غنية تحتوي على معلومات إجرائية كثيرة ومنظمة حول الموضوع	مخططات محددة ومعلومات إجرائية محددة
2-	يقضي وقت طويل في تمثيل المشكلة ووقت محدد في التفكير والبحث عن استراتيجيات الحل	يقضي وقت طويل في تمثيل المشكلة ووقت طويل في التفكير والبحث عن استراتيجيات الحل

ت	المتفوق	العادي
3-	ينطلق للإمام من المعلومة إلى التطبيق	ينطلق إلى الحل الممكن من المعلومات المتوفرة
4-	يختار الحل بناءً على مخططاته المعرفية للمشكلة	يطبق إستراتيجية واحده على غالبية المشاكل التى تواجهه
5-	يمتلك خطوات آلية عديدة ضمن إستراتيجية الحل	لا يمتلك خطوات آلية عديدة ضمن إستراتيجية الحل المجربة
6-	يظهر مهارات عالية في حل المشكلات وقت الأزمات	يظهر مهارات محدده في حل المشكلات وقت الأزمات
7-	يستطيع التبوء بدقة الصعوبات التي تواجهه خلال الحل	لاستطيع التبوء بالصعوبات التي تواجهه خلال الحل
8-	يراقب ويحذر إجراءات الحل	لا يراقب إجراءات الحل
9-	يختار الحلول المناسبة بسهوله	يجد صعوبة في اختيار الحلول المناسبة

نماذج المخططات العقلية

تقوم المخططات العقلية بمساعده الإفراد في الكثير من العمليات المعرفية الهامة فهي توجه الانتباه الإدراك بما يتناسب وتوقعات المخطط، وتساهم في حل المشكلات التي يواجهها الفرد يومياً في ضوء هذه المخططات أيضا.

وقد بين الباوهاشير Alba 8 Hasher1983أن المخططات تتميز بأربع عمليات هي:-

1- الأنتقاء Selectionإذ يتم من خلال المخطط انتقاء السلوكيات التي تنسجم مع المخطط العقلي وفق آلية الانتباه الانتقائي ألقصدي.

2- التجريد Abstractionأن المخططات العقلية تساعدنا على ترميز المثيرات أو السلوكيات التي تم اختيارها حيث إن هذا الترميز مبني على أساس المعنى وليس على التفاصيل اللفظية أو البصرية.

3- التفسير Explanation المخططات العقلية تساعد على تفسير المعلومات الجديدة وفهمها بما يتناسب مع طبيعة المخطط العقلي المتوفر لدى الفرد، وتشير العديد من الدراسات إلى إن المفحوصين عندما يعيدون سرد قصة سمعوها من الباحث فأنهم غالباً ما يعيدونها بطريقة متأثرة بمخططاتهم الخاصة حول موضوع القصة مؤكدة ميلهم نحو التوازن والأثراء.

4- التكامل Integration تخضع المخططات العقلية لمبدأ التكامل بين خبرات الفرد ومعارفه المختلفة، فخلال عمليات الترميز لابد أن تؤثر الخبرات السابقة للفرد في المثيرات الجديدة وتصقلها، والتكامل هو سمه من سمات ترميز المعلومات في البناء المعرفي بشكل عام لذلك يتوقع أن يحدث تمثيل تكاملي يرتكز على الاختيار السليم، والتجديد على أساس المعنى وتفسير المعلومات الجديدة حتى يتم تحقيق الصورة التكاملية للمخطط العقلي.

وقد قدم ايكهاردت Eckhardt1990 نموذجاً أخر فيه ثمانية افتراضات للمخططات العقلية هي:-

1- المعرفة السابقة: حيث يرى أن الناس لديهم معلومات سابقة مخزونه في الذاكرة يمكن أن تفصل وتسترجع في الوقت المناسب ضمن الاحداث القادمة، وان المعلومات الجديدة قد تتسق وتتمثل في الذاكرة مع المخطط العقلي الموجود لدى الفرد.

2- الأفكار المهمة: أن الأفكار الأكثر أهمية والتي لها معان وصلة مع المخطط العقلي للفرد يتم تذكرها بسهوله وبشكل أفضل وقد بينت الدراسات إن المعلومات المركزية والرئيسية يمكن تمثيلها واسترجاعها بشكل أفضل من المعلومات الثانوية.

3- إعادة بناء الذاكرة:- وتضم سلسلة من الفعاليات التي تعيد تنظيم الذاكرة بما يتناسب مع المواقف الجديدة فالمعلومات القديمة وغير المناسبة يتم إهمالها، إما المعلومات الحديثة فإنها تندمج مع المخططات كل حسب طبيعته وأهميته.

4- تطوير المخططات:- إن المخططات العقلية تتطور عبر الزمن من خلال التفاعل مع الأحداث والخبرات الجديدة.

5- العمليات الفعالة:- إن المخططات العقلية تمثل عمليات فعالة يمكن إن تتغير عبر الزمن نتيجة الخبرة والتعلم الجديد.

6- الخصائص الحضارية:- للمخططات خصوصية حضارية وثقافية، حيث تؤثر الخصائص الحضارية والثقافية على نوعية وطبيعة المخططات العقلية، فعلى سبيل المثال غرفة تناول الطعام تختلف في أجزاء مختلفة من العالم والأقطار وحتى في المناطق.

7- الوحدات الكبرى:- تمثل المخططات العقلية وحدات كبرى للسلوك، فهي ليست نظرية ذرية ولكنها تمثل وحدات معرفية تحدد سلوك الفرد.

8- الذاكرة الحرفية:- إن نموذج المخططات العقلية لا يعتقد إن الناس يفشلون في استدعاء التفصيلات أو المعلومات الحرفية التي ليس لها علاقة بالمخططات، ذلك إننا نتذكرونستدعي التفصيلات والمعلومات الحرفية الدقيقة لان الذاكرة في حالة بناء متجدد.

أما بريوي وماكنمارا Brewa&Mcnamara1984فقد قدما نموذجاً تضمنت خمس عمليات أو فعاليات للمخططات العقلية:-

1- الانتباه الانتقائي:- ويتضمن تمثيل المعلومات التي تتفق ونموذج المخطط العملي الموجود لدى الفرد.

2- التجميع والتوحيد:- ويتضمن عمليات دمج وتوحيد المعلومات وتجهيزها للتمثيل في المخطط المناسب.

3- مؤشرات الإطار العام للمعلومات:- إذ إن المخططات العقلية تعمل على تحويل وترميز المعلومات واستيعابها في الذاكرة.

4- الاسترجاع الموجه:- تستطيع المخططات استرجاع المعلومات المخزونة في الذاكرة للأستفادة منها في مواقف جديدة.

5- الناتج المتحقق:- تساعد المخططات في التأثير في ما هيه الفعاليات التي يمكن القيام بها من خلال استرجاع المعلومات من الذاكرة لدى الفرد.

في حين قدم كراسير Graesser عام 1981 نموذجاً أطلق عليه اسم المؤشر أو الملحق، أثار العديد من الدراسات في السنوات اللاحقة، إذ وضع عدة افتراضات للمخططات العقلية الفعالة هي:-

1. إن الناس لديهم عدد كبير من المخططات العقلية في الذاكرة والتي تتفق مع ميادين المعرفة المختلفة.
2. إن كل ذاكرة خاصة تمثل محتوى ملحق أو مؤشر لمخطط خاص ومحدد ليس لها علاقة أو ارتباط بالنص الأصلي.
3. عندما يتلقى الفرد معلومة جديدة فأن الملحق يفترض ثلاثة أنواع من العمليات للتعامل مع تلك المعلومة وهي:

أ - إن المؤشر يحدد أي المخططات الموجودة مناسب لهذه المعلومات، وهذا ما يسمى استيعابها في المخطط أي تمثل المعلومة الجديدة في المخطط.

ب - إن المؤشر ينظم المعلومات التي ليست متشابه تماماً مع المخطط ولكن لها علاقة بالمخطط وتوضع في ملحق متفرد أو خاص ويتعامل معها بوصفها معلومات جديدة مختلفة قليلاً.

ت - إن المؤشر ينظم ويضع المعلومات الجديد والتي لا ترتبط أو تتشابه مع المخطط الموجود وتوضع في ملحق خاص ومتفرد بوصفها معلومات مختلفة ومتباينة عن المخطط.

الدوافع Motivations

الدهشة الذهنية IntellectualCuriosity

احد أسباب دراسة علم النفس المعرفي والذي يشكل دافعاً لأي تساؤل علمي هو الرغبة في المعرفة وعقل الإنسان هو جهاز مثير للاهتمام يعرض أنواعا ملحوظة من التكيف وكذلك الذكاء، ونحن غالباً لا نحيط بالجوانب غير

التقليدية في المعرفة الإنسانية، كما اننا نستطيع بسهولة الاطلاع على ذلك التجمع التكنولوجي الهائل الذي يسمح للخبر في التلفاز بالإرسال الحي من أي مكان في العالم كذلك فأننا لا يمكننا إن ننسى ان أي حد من التعقيد يمكن إن تكون عليه العمليات العقلية حتى نتمكن من فهم ذلك إلى الخبر، وقد يرغب المرء في فهم الآليات التي تجعل من ذلك التعقيد الفكري شيئاً ممكناً.

وتعد الرغبة في الفهم دافعاً في دراسة علم النفس المعرفي كما هي في أي علم، وان المعلومات الخاصة بالعقل والتي يقوم علماء النفس المعرفي بتطويرها سوف تثبت فائدتها لكل من الإفراد والمجتمعات والكثير من مشكلاتنا تكون نتيجة لعدم القدرة على التعامل مع المتطلبات المعرفية التي توضع امامنا هذه المشكلات كونها تتفاقم من خلال انفجار المعلومات والثورة التكنولوجية التي نعيشها ألان.

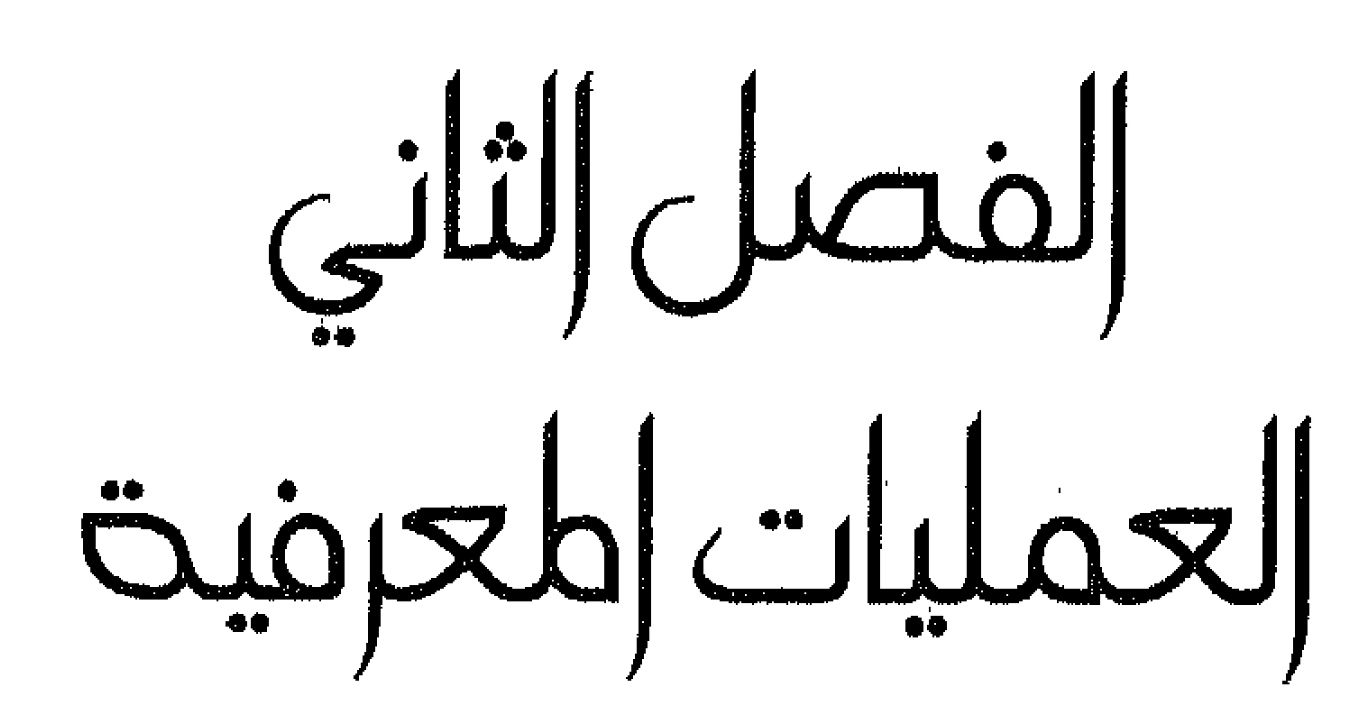
الدوافع المعرفية Cognitive Motivations

" أنا أفكر إذا أنا سعيد " تشير هذه الدافعية إلى مدى السعادة التي يشعر بها الفرد واستمتاعه إثناء القيام باشكال سلوك التفكير، فالأشخاص الذين يمتلكون هذا النوع من الدوافع بمستوى مرتفع يحبون حل الإلغاز وقراءةالكتب والمجلات التي تعالج موضوعات معقدة، والقيام بنشاطات تتطلب قدرة على الاستدلال وحل المشكلات الحسابية أو إعداد البرامج الحاسوبية.

وورد مفهوم الدافعية في اعمال الكثير من علماء النفس التطوريين من أمثال بياجية واريكسون وماسلو وبرونر وعلماء علم النفس التعلم أمثال باندورا وسكنر والمنظرين الأوائل في الأربعينيات مثل هل Hullوسبنس Spence الذين ركزوا على دوافع الجوع والعطش وهنالك من ركز على الدافعية الجنسية مثل فرويد وهنالك العديد من النظريات التي تفسر الدافعية منها النظريات المعرفية حيث تؤكد هذه النظرية على كيفية فهم وتوقع الإحداث من خلال الإدراك أو التفكير أو الحلم وطبقاً لهذه النظريات، ينتظم السلوك المدفوع الهادف من خلال هذه المعارف التي تقدم على أساس الماضي في علاقته بالظرف الحالية.

وايضاً نظرية التنافر المعرفي لفستنجر Festtinger وترى هذه النظرية إن الأشخاص يسعون إلى تحقيق الاتساق داخل انساق معتقداتهم كما يوجد تنافر بين بعض عناصر انساق معتقداتهم وسلوكهم وعندما يمتد التنافر إلى الأشياء تمثل أهمية بالنسبة للإفراد تنشأ لديهم حالة من التوتر وعدم الارتياح، يطلق عليها فسنجر التنافر المعرفي وهذه الحالة عندما يشعر الفرد بها تدفعه إلى ان يخفض درجة التنافر أو يستبعده بهدف تحقيق الاتساق ومن ثم يعد التنافر المعرفي مصدرا للتوتر يؤثر في سلوك الأشخاص.

الفصل الثاني
العمليات المعرفية



2

الفصل الثاني

العمليات المعرفية

مجموعة الوظائف أو العمليات أو الأنشطة ذات طبيعة متقاربة يمكن تصنيفها تحت منظومة فرعية مثل الذكاء والإدراك والتذكر والتخيل وغيرها تسمى بالمنظومة المعرفية Cognitive System، وهي منظومة فرعية داخل المنظومة العقلية إضافة إلى العمليات الوجدانية Affective Processes والعمليات النفس حركية Psycho – Motor Processes، وتتضمن المنظومة المعرفية Cognitive System أو العمليات المعرفية Cognitive Processes على الآتي:

الانتباه Attention

تعريف الانتباه ومفهومه

لقد حث الله تعالى الإنسان على التركز والانتباه إلى نفسيه والى من حوله من المخلوقات لعله يتذكر أو يعتبر لقوله عز من قائل ﴿وَفِيٓ أَنفُسِكُمۡۚ أَفَلَا تُبۡصِرُونَ﴾ (سورة الذريات: آية 21)، يُعرف الانتباه بكونه حالة التأهب العقلي أو حالة اليقظة يباشرها الفرد لكي يحس أو يدرك وقائع أو ظروف أو أشياء منتقاة، والتركيز على موضوع معين من بين مجموعة من الموضوعات المتعددة أو التركيز على فكرة من بين العديد من الأفكار، وتوجيه الذهن إلى شيء ما، ومرحلة تحضيرية لعملية الإدراك وكل إدراك لابد له من انتباه فمن لا ينتبه لشيء بطبيعة الحال سوف لا يدركه، والانتباه عملية متغيرة فالفرد لا يوجه انتباه لشيء واحد وباستمرار انما الانتباه وليد ديناميكيات الحياة، فالحياة مليئة بالمثيرات المختلفة والانتباه في حالة حركة مستمرة، وينتبه الفرد لمجموعة من المثيرات لكنه لا ينتبه اليها جميعا بقدر واحد فأحدها سوف يستحوذ على الجزء الأكبر من الانتباه إما الجزء الباقي فسوف يوزع على بقية المثيرات حسب أهميتها الجزئية

بعد المثير الرئيسي، وحاول الكثير من المربين إن يوظفوا أهمية الانتباه في عمليات التعليم والتعلم فالمعلم الذي يغير نبرات صوته إثناء الدرس ليزيد من تركيز انتباه الطلبة على جملة معينه أو يكتب بعضاً من الكلمات عل السبورة بنمط أو بلون معين يهدف إلى تركيز انتباه الطلاب على ذلك وعرفها (ستيربنرغ 2003) القدرة على التعامل مع كميات محدودة من المعلومات المنتقاة، فاكم هائل من المعلومات التي تزودنا بها الحواس أو الذاكرة.

والانتباه هو أول عملية معرفية نمارسها عند التعامل مع مثيرات البيئة الحسية (قبل الإدراك) حيث يصبح أول هدف لنا هو التعرف على طبيعة المثيرات التي سيتم الاهتمام بتا ومعالجتها وإدراكها.

انواع الانتباه

يقسم الانتباه إلى عدة أنوع ويعتمد في تقسميه على المكونات العامة والخواص الدقيقة لنشؤ وحدوث عملية الانتباه ومتغيراتها وأسبابها وأهدافها بصورة شاملة ويتأثر بالمثيرات المحيطة بالإنسان، ويقسم الانتباه إلى الآتي:

1 – **الانتباه الإرادي(الانتقائي) Voluntary Attention**/ حالة تتصل بالحاجات وتقتضي إن يبذل الفرد جهداً كالانتباه إلى محاضرة أو إلى حديث ممل، وهو مقصود وموجه كالانتباه في قراءة (رسالة، كتاب، محاضرة، موضوع، ...) او الاستماع (لشرح محاضرة، موسيقى، ...) ويختلف من فرد لأخر حسب القدرة على التركيز والاستعداد، وفي هذا النوع من الانتباه يحاول الفرد تركيز انتباهه على مثير واحد من بين عدة مثيرات، ويتطلب طاقة وجهد كبيرين من الفرد لكون عوامل التشتت غالباً ما تكون عالية والدافعية لاستمرارية الانتباه قد تكون بدرجة عالية، مثال ذلك عندما يستمع طالب إلى محاضرة مملة عن موضوع لا يثير اهتمامه.

2 – **الانتباه اللارادي (ألقسري) Involuntary Attention/** حالة انتباه الفرد لمثير مفاجئ أو شديد ويحدث الانتباه رغم ارادة الفرد، كالانتباه إلى (الم مفاجئ، صوت الإنذار، صوت مرتفع، ارتطام شديد، ضوء خاطف، ...)، وفي هذا النوع من الانتباه يركز الفرد انتباهه على مثير يفرض نفسه بطريقة قسرية وبدون بذل جهد عالي للاختبار بين المثيرات، مثلاً الانتباه لصوت ضجيج مفاجئ في منتصف الليل أو الم شديد في احد أعضاء الجسم.

3 – **الانتباه التلقائي (ألتعودي) (الانتقائي) Habitual Attention/** حالة انتباه الفرد إلى شيء يحبه ويميل إليه كحضور الفرد لسماع محاضرة في درس يحبه أو سماع موسيقيه يحبها وتتلاءم مع اهتمامه ولا يبذل فيها أي جهد، ويتضمن العادات التي تعود عليها وتتصل بعمله وسائر أنشطة حياته اليومية والمتمثلة بكافة العادات التلقائية المرتبطة بالمنبهات والمثيرات المختلفة الثابتة نسبياً، وفي هذا النوع من الانتباه يحاول الفرد تركيز انتباهه على مثير واحد من بين عدة مثيرات مثل طفل يشاهد برامجه التلفزيوني المفضل.

نظريات الانتباه

1 – **نظرية القدرة غير المحددة/** أكد (جار ندر) إن الإفراد لديهم القدرة على المعالجة من خلال مجموعة من القنوات المتوازية وان هذه القدرة غير محددة، وتشير إلى الدماغ لديه القدرة الكافية على الانتباه لعدة مثيرات واجراء المعالجة اللازمة في الذاكرة العاملة.

2 – **نظرية القدرة المحددة/** أكد (كانمان) إن أي عملية معرفية تتطلب كمية من الطاقة العقلية والقدرة على المعالجة مما يخالف النظرية الأولى في محدودية الطاقة والقدرة على المعالجة.

3 – **نظرية تخصيص الموارد/** اتفق (نورمان) و (بوبرو) مع (كانمان) في محدودية القدرات والطاقة المتوفرة للانتباه والمعالجة المعرفية وأكد إن هذه المحدودية تنشا من القيام بمهام محدودة المعلومات أو مهام محدودة الموارد.

4 – **نظرية المدخلات المتعددة/** أكد صاحبا النظرية (جونستون وهاينز) على دور الوعي والذاكرة الفاعلة كعناصر هامة في توجيه الانتباه الانتقائي، وأكدت إن المدخلات الحسية يتم معالجتها وتخزينها في الذاكرة.

5 – **نظرية المعالجة عديدة القنوات/** اقترح (البرت) إن محدودية الانتباه تعود إلى المهام المطلوبة تتنافس عليها آليات عديدة فاذا كانت لدينا قناة مخصصة للتعامل مع معلومة ما فانها لن تتمكن من التعامل مع معلومة أخرى في نفس الوقت وعلى نفس الحاسة، بينما يتم الانتباه والمعالجة لمثيرين على حاستين مختلفتين كالسمع والبصر في نفس الوقت كما يحدث عند مشاهدة التلفاز.

خصائص الانتباه

1 – الانتباه الإرادي الانتقائي فمثلاً نحن لا نستطيع إن نحل مسألتين جبريتين في نفس الوقت لا نهما بحاجة إلى طاقة وجهد عقلي عالي.

2 – إن طاقة الإنسان العقلية أو الجسدية محدودة.

3 – لكل حاسة قناة حسية خاصة بها.

4 – لا يستطيع الفرد إن ينقل أكثر من معلومة واحدة.

5 – يمكن للفرد إن يتابع أكثر من مهمة.

وظائف الانتباه

1 – تعزيز عملية الإدراك وزيادة دقتها ووضوحها.

2 – زيادة فعالية التذكر للموضوعات والأفكار المتعددة.

3 – يساعد في حدوث العمليات العقلية العليا وتحويلها من الحالات إلا شعورية إلى الحالات الشعورية.

4 – يساعد في نجاح الفرد في حياته وتطوير نفسه.

5 – يساعد في نجاح العلاج.

6 – يحافظ على حياة الفرد.

مراحل الانتباه

1 – **مرحلة الكشف أو الإحساس/** وفيها يحاول الفرد إن يكشف عن وجود أية مثيرات حسية في البيئة المحيطة به من خلال حواسه الخمسة.

2 – **وعرفت هذه المرحلة في أدبيات الموضوع بالانتباه الموجه/** ويحاول الفرد التعرف على طبيعة المثيرات من حيث شدتها ونوعها وحجمها.

3 – **مرحلة الاستجابة للمثيرات الحسي.**

محددات الانتباه

1 – **المحددات الحسية العصبية/** أي خلل يصيب الحواس الخمسة أو الجهاز العصبي بشكل عام والدماغ بشكل خاص يؤثر على قدرة الفرد في التركيز على المثير وذلك اعتماداً على درجة الخلل أو الإصابة.

2 – **المحددات العرضية/** وهو وجود عدد من العوامل العرضية التي تحرف القدرة على الانتباه كدرجة الذكاء والخبرة السابقة.

3 – **المحددات المتعلقة بالدافعية/** كلما زادة الدافعية للإفراد لنوع معين من المثيرات كلما سهلت عملية الانتباه لهذه المثيرات، وكلما أصبح هذا الانتباه اقرب للانتباه التلقائي.

4 – **المحددات الانفعالية والشخصية/** إن الإفراد الذين يعانون من إفراط الحساسية للنقد والانطواء والاكتئاب والقلق الزائد يواجهون صعوبات أكثر في تركيز الانتباه بسبب انشغالهم الانفعالي وتشتت طاقتهم العقلية نتيجة هذه الاضطرابات.

العوامل المؤثرة على الانتباه Attention Factory

هنالك مجموعة من العوامل التي تؤثر في نشؤ عملية الانتباه وتساهم في حدوثه بانتظام وتتابع وهي كالآتي:-

ا) **العوامل الخارجية** External Factory

1 – **قوة المثير (شدة، تركيزه) Intensity/** القوة تعني الشدة من حيث الإيقاع إن كان صوتاً وقد تكون القوة في الضخامة بالنسبة لذلك الصوت أو الضخامة بالنسبة للحجم إن كان مكتوباً أو الشدة والقوة التي تنطبق على اللون الفاقع أو القوي واللون الباهت أو الضعيف والشدة والقوة قد ترتبط بالمساحة اللونية هل هي اكبر من غيرها وتغطي عليها ام أنها اصغر وهكذا وتمثل الشدة بشدة المثير (المنبه) عاملاً مؤثراً في تحديد ما ننتبه إليه وندركه فالأصوات العالية مثلا أو الأصوات الكاشفة القوية أو الارتفاع في درجة الحرارة أو انخفاضها الشديد، كل هذا يتمثل بالمؤثرات القوية المتمكنة من أعضائنا الحسية فتوجه الانتباه

2 – **تغيير (تجديد) المنبه Novelty/** تمثل الأشياء في حالة الحركة إلى جذب الانتباه فكثيراً ما يجدب انتباهنا النور الذي يضئ ويطفئ عل واجهات المحلات والمؤسسات، ويجدب انتباهنا الصوت المتغير الذي تطلقه سيارات الشرطة أو الإسعاف نهاراً والضوء المتغير التي تصدره ليلاً لكي ينتبه قائدي السيارات للسمح لها بالمرور عند الضرورة،

والتغيير أو التجديد الذي يحدث للمنبه كـكسر للنغمات المستمرة على وتيرة واحدة سواء كانت نغمات موسيقية أو لونية أو صوتية أو حركية فالخروج على الرتابة يعتبر نوعاً من الجدة، ويعد التغيير (التجديد) هو المثير فالشيء المدرك والمتغير في نفس الوقت يلفت الانتباه ويؤثر في الإدراك.

3 – **التضاد (التباين) Contrast**/ ويتمثل بوجود شيء يختلف عن المحيط الذي يوجد فيه كالاختلاف في اللون كوجود بقعة سوداء في أرضية بيضاء ووجود رجل في مجتمع النساء، ووقوف رجل نحيف مع رجل بدين، وغيرها، فالتباين والتضاد يلفت الانتباه.

4 – **التكرار Repetition**/ تكرار المنبه أكثر من مرة فتستعمل كلمة واحدة لأكثر من مرة لجذب الانتباه والصراخ لأكثر من مرة يكون تأثيره لجذب الانتباه أكثر من لمرة

5 – **التنظيم (الترتيب)**/ تميل الأشياء التي تنتظم في ترتيب معين إلى جذب انتباهنا وتوجيه إدراكنا أكثر من الأشياء الأخرى التي تبدو غير منتظمة أو مرتبة، فيشد انتباهنا كثيراً فصيلة من الجنود تسير في نظام وعلى نغمة واحدة، كما ويجذب انتباهنا القاء قصيدة شعرية أو تنظيم نثري إلى غير ذلك من الأشياء التي تنتظم بطريقة فيكون لها القدرة على جذب الانتباه.

وكل ما سبق ذكره من انواع الانتباه هو انتباه قسري او ملزم.

ب) العوامل الداخلية Mentalsety

1 – **الحاجات والرغبات Needs and Desires**/ تلعب الحاجات والرغبات دوراً هاماً في عمليات الانتباه فنحن ننتبه إلى ما نهتم به وما نحتاج إليه فالجائع يكون أكثر من غيره انتباهاً لروائح الطعام والمريض يكون أكثر من غيره انتباهاً لكل من شانه يخص مريضه أو عاهته.

2 – التوقع (الوجهة الذهنية) Anticipation/ الانتباه لمثيرات لم تظهر بعد وإنما تتجه اليها عملية الانتباه قبل ظهورها كانتظار الطالب لنتيجته أو استيقاظ الأم على صرخ وليدها.

جـ) العوامل البيئية

مجموعة العوامل التي ترتبط بموضوع الانتباه ذاته وبالفرد الذي ننتبه إليه والمتمثلة بالعوامل الخارجية المؤثرة بالفرد كالحرارة والضوء والصوت وغيرها.

مشتتات الانتباه

ويرجع العجز عن الانتباه إلى عدة عوامل هي: -

1 – العوامل الجسمية/ قد يرجع شرود الانتباه إلى التعب والإرهاق الجسمي وعدم النوم والاستجمام بقدر كافٍ أو عدم الانتظام في تناول وجبات الطعام، أو سوء التغذية أو اضطراب إفراز الغدد الصم، وقد لوحظ إن اضطراب الجهازين الهضمي والتنفسي مسؤول بوجه خاص عن الكثير من حالات الشرود لدى الأطفال.

2 – العوامل النفسية/ تتمثل بضعف الميل إلى الاستمرار بعمل معين أو الانشغال بأمور أخرى اجتماعية أو عائلية أو الشعور بمشاعر أليمة أو الشعور بالنقص أو القلق أو الاضطهاد أو إن الناس يحبونه أو يكرهونه أو شعوره بأنه مصاب بمرض معين.

3 – العوامل الاجتماعية/ ويتمثل بالمشكلات غير المحسومة أو نزاع مستمر بين الوالدين أو صعوبات مالية أو متاعب عائلية، وان الأثر النفسي لهذه العوامل الاجتماعية يختلف باختلاف قدرة الناس على الاحتمال والصمود.

4 – العوامل الفيزيقية/ وتتمثل بضعف كفاية الإضاءة أو سؤ توزيعها بحيث تحدث الجهر (الزغللة)، وسؤ التهوية وارتفاع درجة الحرارة والرطوبة والضوضاء.

الإدراك Perception

تعريف الإدراك ومفهومه

استجابة معينة للإحساسات الراهنة تستعمل فيها الخبرات السابقة وتتأثر باتجاهات الفرد وأسلوبه في الحياة، وعملية تنظيم وتفسير المعطيات الحسية التي تصلنا لزيادة الوعي بما يحيط بنا وبذاتنا، فمن الربط بين ما يحسه المرء وبعض خبراته الماضية لكي يعطي للإحساس معنى، ونقل ما هو موجود في العالم الخارجي (البيئة) إلى داخل مخ الفرد وتأويله وتفسيره، والإدراك عملية عقلية أساسية للتعرف على الناس والأشياء والمواقف، العمليات العقلية التي يتم عن طريقها معرفتنا للعالم الخارجي وذلك عن طريق المثيرات الحسية، والوسيلة الوحيدة التي يتصل عن طريقها الإنسان ببيئته التي يعيشها.

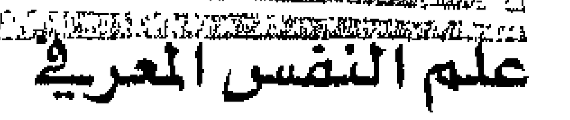
نمو الإدراك وعلاقته بالحواس (مراحل الإدراك) Perception Stages

يمر نمو الإدراك بثلاث مراحل يتكون فيها وتؤثر فيه العوامل البيولوجية والتكوينية الفسيولوجية والخواص السيكولوجية والابعاد البيئية وهي كالآتي:-

1 – **مرحلة حدوث الإحساس/** وتتمثل بوجود مثيرات حسية ووجود مستقبلات حسية تقبل على استلامها.

2 – **مرحلة توجيه المثيرات/** وتتمثل بعملية انتقال المثيرات لغرض توجيهها وتنظيمها وتوصيلها إلى المراكز الحسية في الدماغ عبر الممرات العصبية والدورات العصبية.

3 – **مرحلة الاستجابة/** وتتمثل بمرحلة تكوين وتصدير الاستجابة وتعتمد على نوع المثير المركز الحسي المستقبل والمصدر عبر الدورة العصبية المنظمة، وهذه الاستجابات تمثل عملية الإدراك المتكونة وفق تسلسل وقواعد ومتطلبات المرحلة المكونة لها



العوامل المؤثرة في الإدراك Perception Factors

الإدراك عملية دقيقة ومعبرة وتكاملية وتتابعيه تتضمن العوامل الذاتية والعوامل الخارجية التي تؤثر في نشأتها وتنظيمها وإصدار توجيهاتها وتقسم إلى الآتي:-

ا) العوامل الذاتية (الداخلية) Autonomic Factors:

العوامل التي تعود وتتصل بالشخص المدرك نفسه، ومن هذه العوامل:

1 – **الذاكرة والخبرة السابقة/** تساعد عوامل الذاكرة والخبرة **Memory and Experience** الإنسان على إدراك المعاني والأفكار والمتغيرات الأخرى بدرجة أوضح وأدق وأسهل، فالفرد حين يمسك كوباً من الشاي الساخن فانه يكون حريصاً نظراً للحرارة واما الطفل لأنه عديم الخبرة فانه يندفع ليمسك بالكوب الساخن

2 – **الحالة النفسية أو التهيؤ والاستعداد النفسي للفرد (الخيال، التوقع)/** تتم عملية الإدراك في معظم التغيرات والتوقعات Expectation بعيداً عن طبيعة المتغيرات وحقيقتها الذاتية، فأدراك الفرد لما حوله يتأثر بحالته النفسية فالجائع سرعان ما يدرك رائحة الطعام والمكتئب يلفت انتباه مظاهر الحزن والأسى والسعيد يرى مناظر البهجة والسعادة، وهكذا.

3 – **الانتباه/** مؤثر من المؤثرات الذاتية في الإدراك فنحن ننتبه إلى ما نميل إليه وبالتالي ندركه، وهو احد العوامل الذاتية فالحياة مليئة بالمثيرات ولكننا لا ننتبه إلى كل المثيرات فصاحب الميول الأدبية يلفت انتباهه المكتبات والكتب والفنان يلفت انتباهه التحف الفنية.

4 – **التركيز/** القدرة على القيام بعمليات التكامل والتنظيم للخبرات السابقة مع استعمال اكبر قدر من هذه الخبرات ومحاولة توظيفه لمواجهة المواقف المختلفة سواء أكان إدراكية أو مشكلات مختلفة فهي عملية إدراك الحل.

5 – **الحالة الصحية/** تؤثر خصائص وموصفات الحالة الصحية البدنية والصحة السيكولوجية على عملية الإدراك ضمن زمان ومكان حدوثه.

6 – **الاتجاهات والميول والعواطف/** إن لهذه النزعات الشخصية دور كبير في تكوين ونشؤ وتوجيه عملية الإدراك بالاتجاه الايجابي أو السلبي وفقاً للمتغيرات المدركة وحالات وواقعية وجود النزاعات ووجود النزعات الشخصية.

7 – **عوامل الإيحاء/** وتساهم هذه العوامل في عملية الإدراك سواء أكانت عملية لفظية أو رمزية وغالباً ما يكون هذا التأثير في الأفكار والرموز والمعاني المطلوب إدراكها وبدرجة اقل في التغيرات الحسية المدركة الأخرى.

8 – **اضطراب الحواس/** تتأثر عملية الإدراك سلباً بمرض الحواس واضطرابها وأحيانا تؤدي الحالات اللاسوية إلى أخطاء في عملية الإدراك.

ب) العوامل الموضوعية (الخارجية) Out – Factors:

العوامل المستقلة عن الذاتية للفرد المدرك لكون هذه العوامل تتضمن المتغيرات الخارجية والمتمثلة في الشكل والمكان والزمان وأحيانا تسمى بعوامل تنظيم المجال الإدراكي، ومن هذه العوامل :

1 – **عوامل التقارب Nearness Factors/** تسهل وتهيئ عملية الإدراك للمتغيرات المدركة في الزمان والمكان كصيغ متكاملة وحالة نظامية واحدة، فمثلا الطبيب والممرض والصيدلي يدركون بسهولة ووضوح حالات الإمراض التي تظهر في زمان ومكان متقارب فالإنسان يميل بطبيعته إلى صياغة الوحدات المتقاربة في مجاميع ليسهل إدراكها.

2 – عوامل التشابه Similarity Factors/ إن تشابه الوحدات المدركة يؤدي إلى انتظامها في وحدات (اشكال) مدركة مستقلة عما حولها من اشكال أو مثيرات، وتؤثر ايجابيات العوامل المتشابهة على المتغيرات والأشياء ذات الموصفات في الشكل واللون وتظهر المتغيرات والأشياء المدركة كصيغ في مستقلة ومتفردة عن بعضها البعض.

3 – عوامل الاتصال (الاستمرارية) Communication Factors/ تساعد في نشؤ وتكوين عملية الإدراك فالمتغيرات والأشياء المتصلة والتي تكون بينها صفات ترابطية تدل كصيغ متكاملة ونظامية ومتناسقة.

4 – عوامل المكملة (المحيطة) Integral (Contour) Factors/ تهيئ العوامل المكملة القواعد الأولية لنشؤ عملية الإدراك حول المتغيرات والأشياء الناقصة لتظهر كأنها كاملة وتامة في الشكل والمضمون، فعرض مثير ناقص في حدود ضيقة لعتبات الإحساس كانت النزعة إلى التكاملية أكثر سيطرة على الإدراك في حين انه إذا كانت عرض المثير في حدود متسقة لعتبات الإحساس ولحفظت سيطرة النزعة التكاملية على الإدراك.

الإحساس والانتباه والإدراك

الإحساس يحدث عندما يستقبل أي جزء من أعضاء الحس كالعين أو الأذن أو الأنف أو اللسان أو الجلد مثيرات منبهاً مشيراً إلى حدوث شيء ما في البيئة الخارجية المحيطة بالإنسان، فالموجات الصوتية مثلاً موجودة حولنا بصورة شبه دائمة، هذه الموجات تنتقل في الفضاء إلى ان ترتطم في صيوان الأذن ثم تدخل إلى القناة السمعية عبر الطبلة إلى الأذن الداخلية ثم تنتقل على شكل نبضات عصبية إلى الدماغ عبر العصب السمعي.

إما الانتباه فيبدأ دوره عند وصول هذا الكم الهائل في المثيرات إلى الدماغ ليقرر الفرد أي المثيرات يهتم بها وأيهما يهملها ولا يتعامل معها.

والإدراك هي العملية الثالثة التي يبدأ عملها بعد الانتباه ليقوم الفرد بتحليل المثيرات القادمة وترميزها وتفسيرها في ذاكرة الفرد حتى تظهر الاستجابة.

الذكاء Intelligence

تعريف الذكاء ومفهومه

عرف من قبل جاريت Garing " القدرة على الإدراك الجيد على اختبارات الذكاء "، وعرف من قبل بورنج Boring " القدرة على الأداء الجيد على اختبارات الذكاء ".

وظهرت كلمة الذكاء على يد الفيلسوف الروماني سيشرون وهي كلمة لاتينية Intelligentia وبالانجليزية والفرنسية Intelligence وتعني لغوياً الذهن Intellect والفهم Understanding والحكمة وترجمة إلى العربية بلفظ (الذكاء)، وعرف الذكاء من قبل العديد من العلماء بأساليب مختلفة فمنهم من يربطه بالنشاط الإنساني ومنهم من يربطه بالقدرة على التكيف والآخرون يرونه القدرة على التفكير، وهكذا إلا انه متفق فيما بينهم على إن الذكاء مظهر من مظاهر الشخصية وانه ليس شيئاً مادياً بل هو مجرد صفة لسلوك معين يقوم به الإنسان وهذه الصفة توضح قدرة الفرد واستعداده.

قياس الذكاء

كان العالم النفسي بينه Binet أول من اهتم بالقياس العقلي وساعده سيمون Simon في انشأ مقياس للذكاء ظهر في صورته الأولى 1905، ثم أدخلت عدة تعديلات على هذا الاختبار إلى إن جاء العالم الألماني شترن Stern واوضح أهمية نسبة الاختبار في تحديد مدى تأخر أو تقدم مدراج الذكاء ومستوياته وفق المعادلة نسبة الذكاء تساوي العمر العقلي على العمر الزمني مضروب في مئة، ويتم قياس الذكاء بواسطة مقاييس تسمى اختبارات الذكاء وقياس القدرات

العقلية وتعتمد في نتائجها على أسلوب وفكرة المثين وذلك في تجارب النسبة المئوية للإفراد الذين يستطيعون الإجابة على عدد من الأسئلة.

طبقات الذكاء

دلت الدراسات الإحصائية التي تناولت توزيع الذكاء الإنساني انه يتبع بصفة عامة المنحنى الذي يسمى أحيانا بالمنحنى ألاعتدالي (منحنى الجرس، المنحنى ألاعتدالي) في الذكاء، ثم يتدرج هذا التوزيع على كلا الجانبين فنجد الأقلية من العباقرة في طرف وأقلية من ضعاف العقول في الطرف الأخر وبين هذين الطرفيين نجد طبقات متدرجة لمستويات الذكاء المختلفة، فمعظم الناس متوسطين في الذكاء وتكون نسبتهم 50 ٪ من الإفراد وتكون نسبة ذكائهم 90 – 110، و25 ٪ من الإفراد نسبة ذكائهم اقل من 90 ويوجد أيضا 25 ٪ من الإفراد نسبة ذكائهم أكثر من 110.

العوامل المؤثرة في الذكاء

إن فترة الحمل وأوائل الطفولة واعتمادها الكلي على عناية الأم والأخريين تجعل من دماغ الطفل الخام عرضة لعوامل خارجية متعددة وحيوية تؤثر بدرجة كبيرة على مدى تطوره والكشف عن قابليته الذهنية الموروثة فكما إن الذكاء يورث بصفات متعددة فأنه يتأثر ويعتمد على الوسط المحيط لاستجابته واستغلالا له تلك الصفات، فالذكاء أذن محصلة تفاعل الوراثة مع البيئة (المحيط) ويصعب تحديد نسبة كل منهما إلا إن الحقيقة التي يجب إن لا تغيب عن الطبيب النفسي إن العوامل المحيطة السيئة تؤدي أحيانا إلى التخلف العقلي.

التخيل Imagining

تعريف التخيل ومفهومه

القدرة على تفسير الحقائق بطريقة تدعو إلى تحسين الحاضر والمستقبل، وعبارة عن نوع من التفكير تستعمل فيه الحقائق لحل مشكلات الحاضر والمستقبل، وعبارة عن تداعي الصور الذهنية الواقعية (انعكاس الواقع) ولكنه لا يكون كالانعكاس الذي يحدث في المرآة لكونه يشمل الحل أو التركيب ويشمل الحذف والإضافة ويرجع ذلك لحيوية مخ الإنسان واستقلاليته وبذلك يختلف عن الحاسوب.

إن خبرات الإنسان تختلف في كل مراحل حياته وتختلف من فرد وأخر ولا يمكن التحكم بملايين المثيرات التي يدركها وتختلف حتى وان عاش الإفراد تحت سقف واحد، فالتخيل كعملية معرفية مختلفة من فرد لآخر فنجد الخيال المبدع عند بعض الإفراد يترجم في صورة أعمال فنية كما يحدث عند الفنانين والعلماء والفلاسفة وبالقدر الذي تكون فيه بيئة الفرد مشحونة بالمثيرات تزدهر عملية التخيل لديه ولنضرب مثلاً بسيطاً ملاحظة طفلا يحكي مجموعة من القصص يشاهد بعضها مصوراً في كتاب لقصص الأطفال أو يحكي قصة يتخيلها ويعدها حدثت له، وفي الغالب تكون تركيبة لما سبق وسمعه مع الحذف والإضافة والحل والتركيب وتغيير الأدوار والمشاهد والأحداث إذ تبدو القصة خيالية وقد يتهم الطفل بالكذب من جانب الكبار عند سماعهم له ويقال عنه واسع الخيال وغيرها من تعليقات.

التفكير Thinking

تعريف التفكير ومفهومه

نشاط للمخ وهو احد وظائفه كالإدراك والتذكر والتخيل والذكاء، وعملية سيكولوجية افتراضية ذات نشاط معرفي لفهم الأفكار والموضوعات وإدراك العلاقة الموضوعية والعضوية والترابطية بين السبب والنتيجة Cause and Result، ولعملية التفكير أهمية كبرى في حياة الإنسان إذ تمكن الإنسان على حل مشاكله وفهم واستيعاب المقدمات والمسببات والنتائج لكثير من الحالات الحياتية ووضع المعالجات الضرورية المناسبة لعدد من الصعوبات والمعضلات الفردية والاجتماعية ويتضمن التفكير مظاهر متعددة منها التخيل Imagining والتوقع Anticipating والتذكر Remembering والتصور Conceiving والاستنتاج Reasoning والتجريد Abstracting والاستقراء Deduction والحكم Judging، والتفكير مظهر من مظاهر الذكاء وان كان غير متحد معه وهو مختلف عن التذكر والتمثيل أيضا، ويحتوي على خاصيتين هما التكامل وتنظيم الخبرات السابقة مع اكتشاف الاستجابات الصحيحة وكلمة التفكير تشير إلى الكثير من الأنماط السلوكية، وهي عملية عقلية معرفية ونشاط عقلي راقي يعكس فيه الإنسان الواقع بطريقة موضوعية تميز الإنسان عن باقي المخلوقات الحية الأخرى، والعملية التي ينظم بها العقل خبراته بطريقة جديدة لحل المشكلات أو إدراك العلاقات الجديدة بين الموضوعات بغض النظر عن نوع تلك العلاقة.

تصنيفات التفكير واشكاله (صوره)

ينقسم التفكير إلى الأتي:-

ا) التصنيف الأول لأنواع التفكير

1 – **التفكير الحسي/** يرى يونج إن الحدس يدرك لا شعوراً وهو الإدراك اللاشعوري المباشر للإمكانيات والاحتمالات الكامنة في الأشياء التي ننتبه لها سواء أكانت مؤثرات داخلية أم خارجية، والإدراك عملية كلية، ويرى برونر إن الحدس أسلوب عقلي للوصول إلى صيغ مبدئية مقبولة دون اللجوء إلى الخطوات التحليلية، فالإنسان يصل أحيانا إلى الاستنتاجات ليثبت أنها صحيحة ودقيقة دون إن نستطيع شرح الأسس التي تقوم عليها هذه الاستنتاجات ويبدوا الاستنتاج الذي يصل إليه المرء مكنونات وجدانية معينة كالشعور بالارتياح وشعور ذاتي باليقين وبوجود فروق فردية كثيرة.

2 – **التفكير ألتقاربي Convergent Thanking/** التفكير داخل حدود المجال الموجود فيه المشكلة ويتسم بالنمطية إذ إن المشكلة التي يتناولها تتسم عادة بالوضوح وإمكانية الحل إذا ما تعرض الشخص لمشكلة أكثر تعقيداً ويكون نمط التفكير هو التفكير ألتقاربي فنحن عادة ما نعجز عن حل المشكلة لكون نمط التفكير لا يساعده، فالتفكير الإنساني عملية ذهنية تؤلف بين الشكل والمضمون وفق مبدأ الاستدلال عن طريق الاستنباط والاستقراء الدائمين ويحلل الشكل ثم يعاد بناؤه وبين المضمون ويعاد بناؤه حتى تتم في النهاية عملية التفكير، ويبلغ عدد عوامل التفكير المعرفي 28 عاملاً تشمل جميع القدرات المتوقعة بالإضافة إلى 4 عوامل في محتويات شكلية ورمزية بصرية " أي أنها تتطلب وسائط حسية أخرى كالسمع والإحساس الحركي وتشير هذه النتائج إلى احتمال تزايد عدد العوامل عن 120 قدرة.

3 – **التفكير ألتباعدي** Divergent Thanking/ والمقصود به التفكير خارج حدود المجال الموجود فيه الشكل ويتسم عادةً بالإبداع ويطلق علية بالتفكير ألابتكاري Creative Thinking ويتسم هذا النمط من التفكير بالمرونة واتساع أفق الفرد ونظرته الشمولية وتوظيفه لخبراته وممارساته توظيفاً جيداً إذ يستطيع مواجهة المشكلة ويجد أكثر من حل لها، وهذا النوع من التفكير يختلف عن غيره من انواع التفكير من حيث الدرجة فقط والاختلاف راجع إلى تأهب المفحوص واعداده حينما يطلب توفر شروط الجدة Novelty في الإنتاج.

4 – **التفكير الاستدلالي/** استعمال اكبر قدر من المعلومات بهدف الوصول إلى حلول تقاربيه ويميز بيرت بين التفكير الاستقرائي Inductive والتفكير الاستنباطي Deductive وهو التميز الشائع في بحوث التفكير الاستدلالي.

5 – **التفكير الارتباط المقيد/** نوع من انواع التداعي Association وفيه يستخرج المفحوص اكبر قدر من المعلومات خلال التعليمات التي يتلقاها مع التأكيد تباعديه الحل.

6 – **التفكير ألارتباطي الحر/** وهو ما يسمى بالتداعي الحر Free Association وفيه تكون الاستجابة تباعديه تحت ظروف قلة المعلومات وشاع هذا النمط في المؤلفات الخاصة بالابتكار والإبداع تحت اسم الطلاقة.

4 – **التفكير الناقد/** عملية تقويمية يتمثل فيها الجانب الحاسم والختامي في عملية التفكير ومحددة خاصية انه عملية معيارية Standardized ويتضح إن العوامل الفرضية للتفكير الناقد وهي التقويم في ضوء محك ذاتي والتقويم في ضوء الضرورة المنطقية.

أ) التصنيف الثاني لأنواع التفكير وحسب الحالات السوية وغير السوية (المرضية)

1 – التفكير المجرد Abstract Thanking/ مستوى من مستويات التفكير الراقي فهو الخروج من كافة المثيرات إلى معناها وهي عملية تكوين المفاهيم Concept for Motion وتكوين المفاهيم هو اعطاء الشكل مضموناً ومعنى.

2 – التفكير العياني Concrete Thanking/ التعامل مع الأشياء بطبيعتها الخاصة وكما هي في مجال الإدراك وهو مستوى من النشاط العقلي لا يتخطى واقع المثيرات على الحواس.

تعلم التفكير والتدرب عليه

إن للمعلم دوراً في تدريب التلاميذ على التفكير العلمي إذ إن التدريب منذ بداية التعليم يكسب الفرد اتجاهاً علمياً، فالتلاميذ في المداس الابتدائية مثلاً إذا ما تعلم إن لكل مشكلة مجموعة من الأسباب الموضوعية المسئولة عنها فإنه في هذه الحالة سيبتعد عن التفكير الخرافي لأنه اعتاد من خلال تعليمه على إن يبحث عن مسببات المشاكل أو الظواهر التي تعرض له وكلها وسائل لن تقود إلى مواجهة المشكلات وإيجاد الحلول، ويتم تطوير عملية التفكير عن طريق التعلم والتدريب والممارسة في حل المشكلات Solving Problems واتباع منهجية واضحة في طريقة التفكير لإيجاد السبل الناجحة والمفيدة والمثمرة في كشف المسببات وصولاً إلى النتائج المطلوبة واعتماد أساليب مرنة وتكيفيه في حالات الفهم والاستيعاب الدقيق والشامل والموضوعي لمجموعة المقدمات والصعوبات لأي متغير أو موضوع أو فكرة، وينظر لمفهوم التفكير العام انه مكون من مجموعة النشاطات المعرفية والإمكانيات العقليةMental Capacities والقدرات Abilities التي تساعد الفرد على تفهم واستيعاب الحقائق والمفاهيم وكلما زاد مستوى الأداء العقلي الذي يستطيع الفرد به إن يفهم ويحل المواقف والمشكلات كلما ارتفع مستوى الذكاء الذي يفسر طبيعة تكوين عملية التفكير ويعكس

مستوى نسبة الذكاء Intelligence Quotients والتي يمكن قياسها عن طريق اختبارات الذكاء واختبارات القدرات.

التفكير والذكاء

يعتبر التفكير مظهر من مظاهر الذكاء وان كان غير متحد معه فالتفكير كصفة تكتسب يمكن تدريبه وتنميته فلا شك إن اغراض التربية الصحيحة تدريب الناشئ وتعويده على التفكير السليم واكتسابهم العادات الفكرية الصحيحة بينما الذكاء استعداد فطري موروث وتظل نسبة الذكاء شبه ثابتة داخل حدود معينة، صحة انه يمكن تنميته ولكن لا ننسى انه فطري في الأصل إما التفكير فهو صفة تكتسب من تعامل الفرد مع بيئته.

طبيعة التفكير

يعتمد التفسير الموضوعي لطبيعة عملية التفكير على العوامل الوراثية والتكوين الفسيولوجية والنضج العام أكثر من العوامل البيئية بسبب كون العوامل التكوينية البيولوجية هي التي تؤسس وجود هذه القدرة العقلية بينما العوامل البيئية تساهم في تنظيمها وتنميتها وتكوينها، وتتضمن القدرة العقلية العامة موضوعاً مهما هو الذكاء Intelligence والذي اهتمت به البحوث السيكولوجية والفسيولوجية اهتماماً كبيراً وشاملاً في عصرنا هذا وذلك لأهميته في الحياة الفردية والاجتماعية.

حل المشكلات

تعريف حل المشكلات

عملية سيكولوجية تَعني بصورة أساسية بالسلوك في موقف فيه مشكلة، والسلوك بجميع اشكاله يندفع لتحقيق شيء من الأشياء فعندما يتعرض هذا السلوك عارض سواء كان العارض مادياً أو غير مادي تحدث المشكلة، وعملية

سيكولوجية افتراضية ذات نشاط معرفي لفهم الأفكار والموضوعات وإدراك العلاقة الموضوعية والعضوية والترابطية بين السبب والنتيجة Cause and Result.

خطوات حل المشكلات

تسير عملية حل المشكلات بخطوات مرسومة ومنهجية ومنظمة تبدأ من المقدمات وحتى النتائج النهائية بعيداً عن التلقائية أو العضوية أو الحدس Intuition وذلك بالاعتماد على الأساليب المعرفية Knowledgeable Styles وهذه الخطوات (**خطوات حل المشكلة**) كما يأتي:-

1 – الوعي والإحساس بوجود مشكلة ما وتتطلب حلاً.

2 – تحديد المشكلة وتحليل وفهم مكوناتها وأدواتها وأسبابها.

3 – مرحلة وضع الفرضية Hypothesis بالاعتماد على المفاهيم النظرية المعرفية والنظرية الاحتمالية.

4 – فحص وتشخيص واختبار الفرضية والاحتمالات والتأكد من صحتها وصلاحيتها المطلوبة والمحددة وصولاً إلى تحديد أفضل وانسب فرضية لاحتمالية حلها.

5 – مرحلة اصدار القرار بتفسير المطلوب واصدار الحكم على حل المشكلة المحددة.

مراحل حل المشكلة بصورة أخرى وفق تقسيم جون دوي

1 – **الشعور بالمشكلة/** وفيها يدرك الفرد ثمة مشكلة حقيقة مما تستوجب عملية التفكير لحل هذه المشكلة حلاً جذرياً.

2 – **تحديد المشكلة/** تحديداً دقيقاً في ضوء إدراك وتصور واضح للمجال الخارجي والخبرات السابقة.

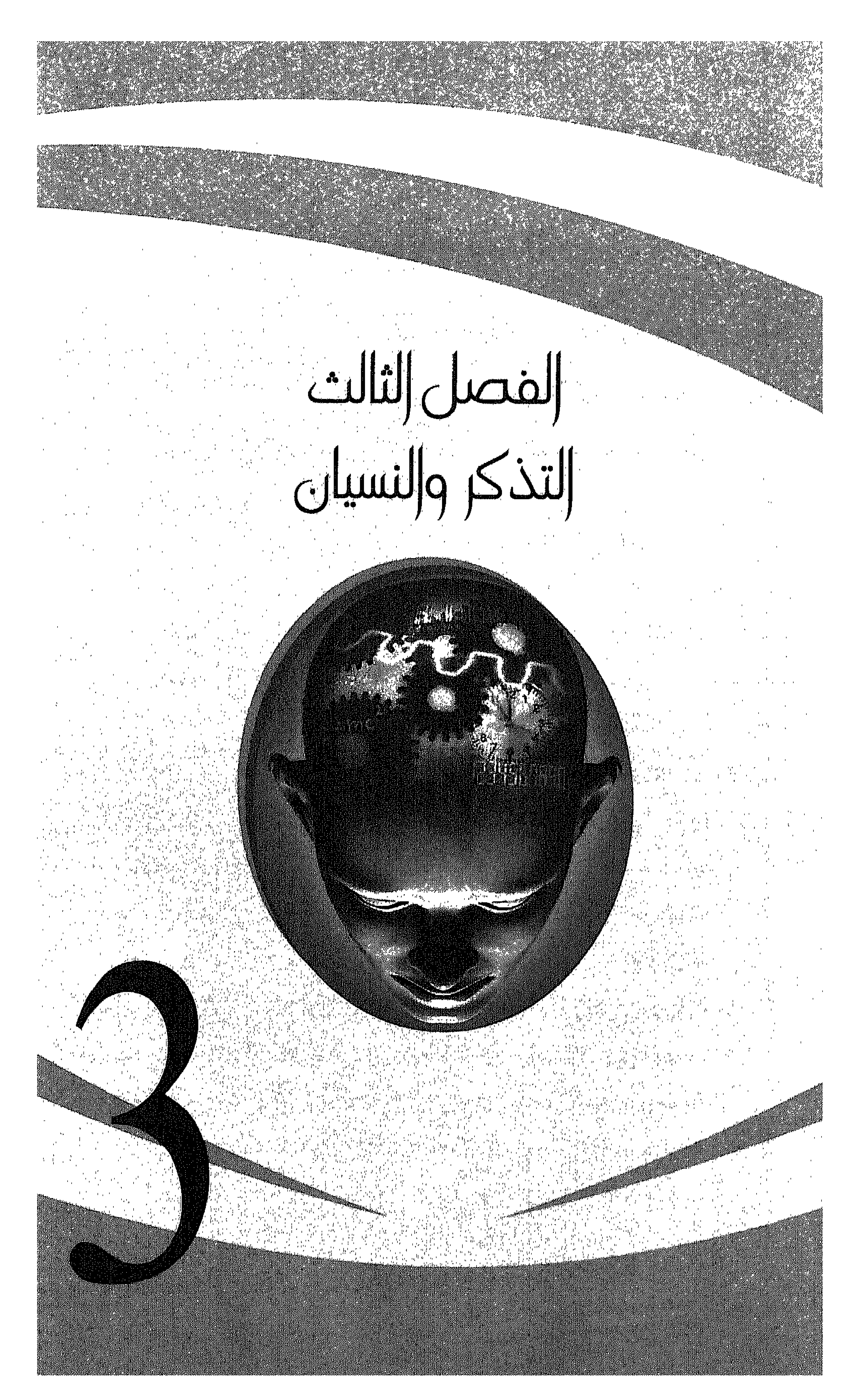
3 – **فـرض الفـروض/** في ضـوء مـا جمعـه الفـرد مـن وقـائع حـول هـذه المشكلة، بفرض عدة فروض أو احتمالات كحلول لتلك المشكلة.

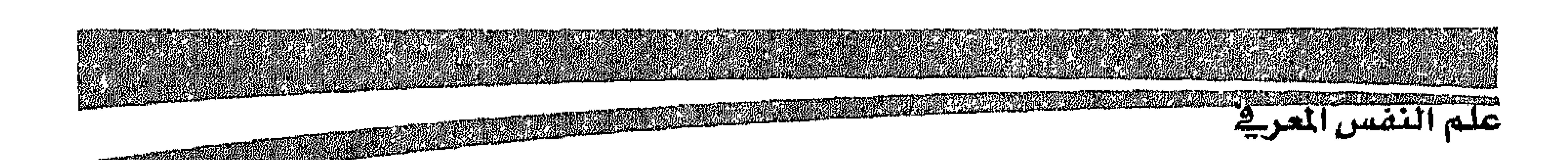
4 – **اختبار صحة الفروض/** ثم ينتقل الفرد بعد ذلك إلى التحقق من صحة الفروض التي فرضها للمشكلة وينتهي به الأمر إلى اختبار فرض معين يعتبره حل للمشكلة موضوع الدراسة ويطرح ما عداه من فروض.

5 – **تطبيق الحل/** تنطبق الحل الذي توصل إليه في الخطوة السابقة تطبيقاً عملياً، وبالتالي ينجح في حل المشكلة والتغلب على أسبابها.

الفصل الثالث

التذكر والنسيان





الفصل الثالث

التذكر والنسيان

التذكر (الاستذكار) (Remembering (Retention

تعريف التذكر (الاستذكار) ومفهومه

عملية استرجاع ما سبق إن ادخله الفرد من خلال الحواس وما تم تأويله فهي عملية استرجاع ما سبق إن تم إدراكه حسياً وعقلياً ، وهي قدرة الفرد على إدراك الماضي أو القدرة على استرجاع خبراته السابقة فهي قدرة عقلية معرفية يتم بها تسجيل وحفظ واسترجاع الخبرات الماضية ، فخبرات الإنسان الماضية من ادراكات وأفكار ومشاعر وحركات لا تختفي بلا اثر وإنما يستبقيه العقل في شكل نماذج وصور ومفاهيم في الذاكرة ، لذلك تعتبر عملية التذكر " ركيزة أساسية مميزة للنشاط العقلي الإنساني " **تصنيف التذكر**

1 - **التذكر بعيد المدى/** عملية احياء ما سبق إن تعلمه واحتفظ به الفرد ، واستمرار قدرته على أداء عمل تم تعلمه سابقاً ويتم بعد فترة من تعلمه لم يمارس خلالها هذا العمل أي القدرة على الاحتفاظ بما مر بالفرد من خبرات ، وهو استرجاع حادث مر به الفرد أو تجربة من أي نوع معرفية كانت أو انفعالية أو مهارية.

2 – **التذكر قصير المدى/** استرجاع المادة بعد فاصل زمني قصير من حفظها وتكون هذه المادة أرقاما أو مفردات لغوية أو مقاطع عديمة الجدوى أو جملاً أو عبارات أو أي مادة من المواد التي تدرس في المدارس والجامعات أو أي خبرة من تلك التي تقابلنا في حياتنا اليومية.

العلاقة بين التذكر والذاكرة

إن الارتباط وثيق بينهما فعملية التذكر تشارك الذاكرة في الكثير من خصائصها ، فعملية التذكر مثلها مثل الذاكرة عملية مركبة من عدة عمليات مختلفة فيما بينهم لتكون ما نسميه بالتذكر.

العلاقة بين الذاكرة والاسترجاع

الذاكرة عملية ترميز واحتفاظ بمواد التعلم فترة زمنية ما واسترجاعها وتعرف هذه الفترة الزمنية بفترة الاحتفاظ، إما الاسترجاع فهو تناول هذه المواد من المخزونة واستعادة لما سبق الاحتفاظ به.

الذاكرة Memory

الوظيفة العقلية التي تهدف إلى استحضار احياء خبرات ماضية أو معلومات سبق تعلمها أو التعرف اليها ، والعملية العقلية التي يتم بها تسجيل وحفظ واسترجاع الخبرة الماضية فيما يتوفر للإنسان في خبراته الماضية في ادراكات وأفكار ومشاعر وميول وسلوك وحركة لا يختفي ، وشبه بعض العلماء النفس الذاكرة بعملية تسجيل الأصوات على جهاز الفونغراف وهذا التشبيه يوضح إلى حد كبير عملية الذاكرة والخطوات التي تتكون منها على ان نكتفي بذلك ولا نعتمد اطلاقا إلى تفسير ما نعجز عن فهمه في عملية الذاكرة بما يوازيه في عملية تسجيل الأصوات على الفونغراف واسترجاعها فالأقراص الصوتية التي نعرفها باسم الاسطوانات ما هي إلا صفائح من شمع نقشت عليها ذبذبات في دوائر متداخلة تبدأ من محيط القرص إلى مركزه وتختلف هذه الخطوط المحفورة عمقاً بحسب الذبذبات التي تمثلها.

وتوجد أربع مراحل أو خطوات تتضمن في عملية التذكر:-

1 – مرحلة الانطباع (التأثير)

2- الاسترجاع

3 – الحفظ والاحتفاظ

4 – التعرف

أنماط الذاكرة

1 – **ذاكرة الحدث/** تتعلق هذه الذاكرة بتذكر حدث محدد كتذكر (أين التقيت صديقك، ماذا درست في مكتبة الجامعة، وغيرها).

2 – **الذاكرة الدلالية/** تتعلق هذه الذاكرة بتذكر المعاني والتعليمات المعرفية التي تتجاوز مجرد معرفة حدث بعينه.

3 – **الذاكرة الإجرائية/** تتعلق هذه الذاكرة بتذكر أساليب أو كيفية أداء الاعمال أو المهارات كقيادة السيارات، قراءة خريطة، وغيرها.

قياس الذاكرة

استعمل علماء النفس التجريب مناهج مختلفة لدراسة الذاكرة ويعتبر (ابنجهاوس) اول المشاهير في قياس الذاكرة وذلك بتجارب التي نشرها في عام 1885 مستعملاً مناهج خاصة من ابتكاره.

وأكثر المناهج المستعملة في قياس الذاكرة ثلاثة هي التذكر والتعرف وإعادة التعلم كلها تقتضي استرجاع ما سبق استظهاره من معلومات وقياس مقدار الكمية المسترجعة. الذاكرة كغيرها من السمات والخصائص يمكن قياسها بمقاييس تسمى بمقاييس الذاكرة البشرية Measurer of Human Memory وهي كالآتي:-

أ) **المقاييس القديمة/** والمتمثلة بمقاييس التوفير لـ (ابنجهاوس) Herman Ebbinghaus ويحتوي على ملف من الوحدات لتذكرها تعرض وحدة من المعلومات في الفتحة الموجودة في الجهة الأمامية من الجهاز لفترة محددة من الزمن.

ب) مقاييس الذاكرة الحديثة البشرية/ تعتمد الدراسات الحديثة للذاكرة البشرية على نوعين من مقاييس الاستدعاء Recall والتعرف Recognition.

1 – **مقاييس الاستدعاء Recall/** وتتطلب من الفرد إن يستعيد كل المعلومات من مخزنها في الذاكرة ، ويستعمل فيه انواع عديدة من مهم الاستدعاء فهنالك استدعاء متسلسل Serial Recall وفيه يجب تذكر المادة في ترتيب معين بينما الاستدعاء الحر Free Recall يتطلب استرجاع المعلومات في أي ترتيب كان، ويتمثل الاستدعاء بكلمات مترابطة مثل (سمك، بطيخ) ثم يتم إعادة الكلمات بينك وبين نفسك.

2 – **مقاييس التعرف Recognition/** إن الفرد يعطي بعض المعلومات ولا يطالب إلا بأن يبين إن كانت هذه المعلومات تضاهي الخبرات التي سبق إن سجلت في الماضي ، ويتم فيه الطلب من المفحوص ان يختار الإجابة التي سبق ان رائها او سمع عنها او قرائها من قبل والتي تبدو مألوفة، فالافراد يقارنون المعلومات التي يحصلون عليها مع المعلومات المخزونة في الذاكرة ليروا اذا كانت هذه تتفق مع تلك، وربما ان عامل التخمين يتدخل ويؤثر على دراسة التعرف في الذاكرة لذلك وضع الباحثون أساليب لتقييم هذا التخمين وآخذوها بالحسبان وكان البحث جوستاف فشر Gustavo Fechner من أوائل من بحثوا في الذاكرة البشرية وقام ببناء مقياس وهو المقياس الثاني لقياس الذاكرة ويتم فيه اختبار التعرف.

انواع (نماذج) الذاكرة

أ) التصنيف حسب طول المدة الزمنية التي تبقى فيها المعلومات مخزونة والمتمثلة بـ (مراحل الذاكرة)

1 - **الذاكرة الحسية Sensory Memory/** وتشير إلى الامتثال العابر غير الشعوري الذي يظل لفترة ثانية من الزمن بعد إن يكون الشخص قد رأى أو سمع شيئاً ، فالذاكرة تشبه الصورة التي تضل في مخليتك بعد النظر اليها ، وبذلك تقتصر في وظيفتها على التصوير الذي يشبه التصوير إلى حد كبير إما مداها الزمني وهي التي تبقى الصورة فيها فإنها تختلف باختلاف الحواس ولكنها في جميع الأحوال لا تتجاوز الثانية الواحدة إما سعتها فأنها لا تتجاوز واحداً تساعدنا الذاكرة الحسية الانطباعية على التعارف ولكنه تعارف حسي لا أكثر أي إن الذاكرة الحسية تتعامل مع المثيرات بشكل خام دون تحليل.

2 - **الذاكرة قصيرة المدى/** وتشير إلى الوعي بالمعلومات التي حصل الفرد عليها حديثاً وهي تبقى في العادة فترة تصل نحو ثلاثين ثانية ، ويستعمل الفرد الذاكرة قصيرة المدى ليتذكر رقم تلفون جديد فترة تكفي لكي يطلبه أو يدير القرص، وهي مركز الوعي (الشعور) عند الإنسان فالوعي والمتمثل بالوعي للمعلومات أو التجارب أو الأفكار المعينة ولابد من استحضارها من الذاكرة الحسية أو من الذاكرة طويلة المدى إما سعة الذاكرة قصيرة المدى فأنها محدودة لا تتجاوز سبع معلومات تكون المواد المخزونة اما حروفاً هجائية (ا، ب، ت، ....) أو أرقاما (1، 2، 3، ...) وتحتفظ الذاكرة قصيرة المدى بتلك المواد مدة تتراوح 35 ثانية المدى الزمني ويعتمد على بذل الجهد للاحتفاظ بتلك المعلومات فكلما بذل جهدا كبيرا كعدد مرات التكرار في الأحرف أو الكلمات أو الأرقام المهمة تم الاحتفاظ بالمعلومات مدة أطول، ومن

وظائفها المهمة حزن المعلومات واختبار المعلومات التي يجب إن ترسل إلى الذاكرة قصيرة المدى على إن النقل يتطلب استعمال أسلوب غير التكرار الآلي مثل الفهم والدمج مع المعلومات ذات الصلة ، وهي نوع التذكر قصير المدى إما عن المحزن ذو المدى القصير Short term (Memory)S T A، فيخزن كل الأفكار والمعلومات والخبرات التي يعيها الفرد في أية وقت محدد ويقوم مخزن الذاكرةS T A() بالحفاظ على كمية حدود من المعلومات بصفة مؤقتة (عادة لمدة 15 ثانية) ويمكن الاحتفاظ بالمعلومات لمدة أطول في جهاز المدى القصير بالحفظ وبالتكرار.

3 – **الذاكرة طويلة المدى/** فتشير إلى التسجيل الدائم أو القريب من الدائم للمعلومات، وأسماء الأصدقاء والخبرات والأحداث الهامة، وهي نوع التذكر طويل المدى إما عن المحزن ذو المدى الطويل Long term (Memory)L T A، وفي بعض الحالات يكتفي التكرار البسيط للمعلومات لكي تنتقل للمخزون ذو المدى الطويل، وجهازي المدى القصير والمدى الطويل على اتصال دائم وأية مادة مخزونة في المخزن ذو المدى الطويل يمكن تنشطها ونقلها إلى المخزون ذو المدى القصير عندما يخطر لنا ذلك، إما عن الجهاز ذو المدى القصير فهو المسئول عن استرجاع كلا من الذكريات طويلة المدى وقصيرة المدى.

ب) التصنيف حسب نوع البيانات التي يتم خزنها ، ويمكن تميز ثلاث بيانات للذاكرة ذات مستويات مختلفة ومتدرجة وهي كالأتي:-

1 – **الذاكرة الحسية الحركية/** ذاكرة الإحساسات والحركات وتتضمن الذاكرات البصرية والسمعية واللمسة وتعطلها يؤدي إلى حالات فقدان الذاكرة الحسية كـ (العمى الحسي)، فقدان للقدرة على معالجة الأشياء والاحتفاظ بها والقدرة على معالجة الأشياء بقدر

من التمرن ولكنه يضطر للقيام بإيماءات معينة في وضع من لا يفرق إن كان يقوم بهذه الإيماءات لأول مرة وتخضع الذاكرة الحسية الحركية لقوا نين العادة ما من حيث تثبيت الذكريات وقوانين تأثير التكرار والفصل بينها أو قانون " جوستا " في النضج أو من حيث الاستدعاء (قانون البروز من جديد الذي ينمو بمقتضيات مجموعة اعمال عاشها المرء سابقاً لكون تمدد بكليتيها)، وهذه الذاكرة ليست عملاً آليا ولكنها إضافة إلى العمل ذات طابع ميكانيكي إلا لإثبات الحسية والحركية لا تدل على أنها غائبة بل على علاقات عريضة في التجاوز المكاني والزمن وترتبط الذاكرة الحركية ارتباطاً وثيقاً بالدماغ حيث تلبي مناطق الميزة بوضوح كل نوع من أنواعها ، والذاكرة الحسية الحركية واحدة عند الإنسان والحيوان أي توجد في كيهما.

2 – **الذاكرة الاجتماعية/** سمها جانيه بـ (الذاكرة الاجتماعية) واعتبرها الذاكرة الوحيدة والجديرة باسم الذاكرة وهذا مبرر مرتين بسبب دورها الوظيفي مرة وبسبب منشئها، وتختص هذه الذاكرة بالإنسان الذي يعيش في المجتمعات ولا يوجد عند الحيوانات ولا يمكن فصل الذاكرة الاجتماعية أو معرفة الماضي كالارتباط بالتاريخ الميلادي والهجري فهو يرتبط بمكان وزمان معين.

3 – **الذاكرة الفصمية/** فتشير إلى ذاكرة الحلم في النوم وذاكرة الهذيان في الجنون وهي ذاكرة تظهر في الحياة السوية المتخلية عن الطابع الاجتماعي في النوم وفي الجنون ويخفيا فيها الفرد بعض مشاهد الماضي ولكن لا يعرف انه ماضي بل يعرفها أنها حاضر وتعيش في ذاكرة الحلم أو الهذيان كما لو كان واقعيا والغياب كما لو كان حضوراً ويكون الحضور كلياً لدرجة انتقاله إلى الفعل وهذا هو الربصيه وكذلك القول عن ذاكرة الهذيان (فهلوسة الماضي) أو استحضار

بطريقة (اكمنا زيا)، وهي المنظور العام الذي يمر بنا في ظله إعادة النظر بمعظم الوقائع المذكورة باسم فرط التذكر لامتداد الماضي، والذاكرة الفصمية ذات طابع نفساني حذف وهو يمتزج مع ما دعاه (بريعان) الديمومة النفسية أي شعور الحياة بالحركة والشعور بالمصير ألدخلي وبالضغط الدينامكي على الحاضر.

النسيان

عجز طبيعي جزئي أو كلي، دائم أو مؤقت عن تذكر ما اكتسبنه من معلومات ومهارات مركبة او استرجاع أو التعرف أو عمل شيء متى توافرت الظروف التي يحدث فيها التذكر مثل ارتداء الملابس ويجب التمييز بين النسيان الطبيعي والنسيان الفجائي كفقدان الفرد ذاكرته فجأة عقب إصابة دماغه أو صدمة انفعالية أو نتيجة الامراض العقلية ومن حالات النسيان الفجائي فرد صدمته سيارة في الشارع فأغمي عليه وعندما أفاق لم يتذكر شيئا عما كان عليه قبل الحادث، ومجرى النسيان يتجه اتجاهاً عاما محدد ويكون سريعاً في البداية ثم يتباطأ فالمقاطع التي لها معنى وحفظت تنسى بعد بضع ساعات، وبعد اليوم الأول يميل النسيان إلى التباطؤ كثيراً وبعد خمسة عشر يوماً يحتفظ المتعلم بما يتراوح بين الثلث والنصف وبعد شهر لا يبقى أكثر من الربع ، والنسيان سمة من سمات الإنسان دون غيره من سائر المخلوقات.

أسباب النسيان

1 – النسيان لعدم الاستعمال (استعمال للمادة التي تعلمها الفرد).

2 – النسيان بالتشويش المنظم إذ وجه انه يمر الوقت تعتبر الأنماط المحفوظة نتيجة لذلك يختلف عن الشكل الأصلي الذي حفظت به.

3 – النسيان بالكشف المضاد إن الكشف المضاد يتولد نتيجة التعب أو الألم أو الأذى الذي يلحق بالجسم إذ تقوى الرابطة بين هذه المؤثرات أي

استجابات تتحقق من حدتها فتولد استعداداً كبيراً للاستجابة يعارض الاستعداد الايجابي للاستجابة مما يؤدي إلى اضعافها.

4 – النسيان لوجود دوافع هنالك مثلاً نسيان الكبت اللاشعوري كالخبرات التي يصعب على الفرد تذكرها لارتباطها بخبرات مؤلمة في حياته ويكون في تذكرها تهديداً لذاته، وتوجد النزعة لدى الإفراد إلى نسيان الخبرات التي ترتبط بالألم ونتذكر الخبرات التي ترتبط باللذة إن النسيان يحدث للتغيرات الفسيولوجية في أنسجة الجسم.

ويمكن النظر إلى النسيان كعامل ايجابي فضل الله علينا اننا ننسى الكثير من المفردات الجانبية ونحتفظ بالمهم والقيمة في حياتنا، ومن النسيان تتعدد الأنشطة الذهنية والجسمانية ولذلك يجب على التلاميذ والطلاب مراجعة دروسهم وعلى فترات متقاربة، ويرى الكثيرون إن النوم بعد المذاكرة يساعد على عدم النسيان نظراً لعدم القيام بأي نشاط إثناء النوم ويعمل الإنسان عل نسيان الإحداث التي تشعره بالألأم النفسية كموقف معين أو ما شابه ذلك.

النظريات التي فسرت النسيان

1 – **نظرية الترك أو الضمور/** إن الذكريات والخبرات تضعف أثارها وتضمر نتيجة لعدم الاستعمال كما وتضمر عضلته إن تركت مدة طويلة دون استعمال هذه النظرية ربما تفسر بعض حالات النسيان عن بعض الامراض كالشيخوخة غير إن هنالك أدلة على خطئها من ذلك ما تدل عليه الملاحظات الإكلينيكية.

2 – **نظرية التداخل والتعطيل/** فقد لوحظ إن النسيان في إثناء النوم يكون أبطأ منه إثناء اليقظة كما لوحظ إن الأطفال يتذكرون تفاصيل ما قيل من قصص في إثناء الليل أكثر مما قيل عليهم من قصص إثناء النهار وفسر ذلك بان أوجه النشاطات المتعاقبة التي يقوم بها الفرد أو التي تفرض له إثناء النهار يتداخل بعضها في بعض كما تتداخل ألوان

الطيف فينجم عن هذا التداخل إن يمتزج بعضها بالبعض الأخر ويقصد به تداخل التعلم اللاحق في التعلم السابق ويؤدي إلى نسيان بعض مما تم تعلمه ويتعين على الطالب إلا يبادر بتحصيل موضوع بعد أخر إلا بعد إن يأخذ فترة من الاستعمال والتداول.

3 – **نظرية الكبت /** مفهوم النسيان حسب نظرية الكبت عملية انتقالية لها وظيفة حيوية هي حماية الفرد فيما ينقصه ويؤلمه وحمايته من الأمور البسيطة الطيفية وما ليس له قيمة في نظره ليتاح له إن يتفرغ لما هو أهم، واعتباره نسياناً بالتداخل أي تداخل لا شعور ولا يفطن الفرد إلى وجودها مع رغبة شعورية هي القصد الظاهر للفرد وكما هي الحال في فلتات اللسان وزلات القلم إن النسيان بالكبت يعتبر جزءاً من الاسترجاع.

وفي الوقع إن الفرد يحتفظ ببعض المعلومات وتستمر لديه بعض الخبرات يسترجعها في أوقات معينة، بينما بعضهم الأخر يعتريه النسيان بمعنى إن بعض الخبرات تفقد من الذاكرة وبالتالي لا يسترجعها الفرد.

والنسيان عرف بعدم القدرة على التذكر أو إعادة التعلم بسرعة مناسبة ويعرف عادة برأي بعضهم إلى الفشل في تخزين الأثر الذكري وتثبيته بشكل محكم في حين يغزونه آخرون إلى الفشل في استرجاع الأثر ألذاكري، إن النسيان الذي يصيب الذكريات المخزونة في الذاكرة الطويلة يرجع إلى شكل ما من اشكال الفشل في الاسترجاع.

طرق دراسة النسيان

يتم دراسة النسيان عند الإفراد باتباع طريقة من الطرق الثلاثة الآتية:-

1 – **الاستعادة/** تتطلب هذه الطريقة من الشخص المتعلم إن يتعلم عملاً ثم يطلب منه بعد فترة من الزمن إن يعيد ذكر أو أداء ما تعلمه.

2 – **التعرف/** يتم بهذه الطريقة إن يعطي الباحث الشخص المتعلم بعد انتهائه من التعلم بعض من أسئلة تحتوي إجابات صحيحة وأخرى خاطئة ويطلب من الشخص المفحوص إن يتعرف على الإجابات الصحيحة.

3 – **إعادة التعلم/** يطلب من الشخص إن يتعلم شيئاً معيناً ثم يأخذ قسطاً من الراحة تتراوح ما بين فترة قصيرة لا تتجاوز عدداً من الدقائق إلى الفترة الطويلة التي قد تصل إلى عدد من الأيام أو الأسابيع وبعد ذلك يطلب منه إن يعيد تعلم ما سبق تعلمه فإذا وجدنا إن عملية التعلم في المرة الثانية استغرقت وقتاً اقل مما استغرقته تعليمه في المرة الأولى وهذا يعني إن هنالك جزءاً من العمل احتفظ به الشخص في ذاكرته وكذلك نستطيع الاستدلال على تذكر الفرد لما تعلمه إن قلت عدد الأخطاء التي ارتكبها المفحوص عند إعادة عدد المحاولات التي احتاجها عند إعادة التعلم.

استراتيجيات (تطبيقات) لتحسين الذاكرة

هنالك مجموعتان من العوامل (الإستراتيجيات) التي تيسر عملية تحسين الذاكرة واسترجاع المعلومات وكالاتي:-

أ) العوامل الذاتي

1 – **الاسترخاء/** فإذا صعب على الفرد استدعاء اسم شخص أو رقم هاتف أو حادث معينة فإن ترك هذا الأمر والانشغال في عمل أخر ربما ييسر عملية التذكر فيثب موضوع الاسترخاء إلى ذهنه من تلقاء نفسه، وهذا ما يتبعه المعالج النفسي إثناء الجلسات العلاجية إذ يطلب من المرض إن يسترخي على أريكة حتى يتسنى له إن يطلق العنان لمشاعره وأفكاره ليتذكر كل ما في ذهنه من خواطر وذكريات.

2 – **التهيؤ الذهني/** استعداد وتأهب للقيام بنشاط معين فما قد ينساه الطلبة بعد الامتحان أكثر بكثير مما ينسوه قبل الامتحان لكونهم في حالة تهيؤ ذهني شديد لاسترجاع المواد الدراسية ومن هنا يظهر اثر التهيؤ في تيسير عملية التذكر والاسترجاع.

3 – **الميل إلى الإغلاق (اتمام العمل)/** لا شك إن الاعمال التي يبدأها الإنسان ثم تضطر الظروف إلى عدم اتمامها تخلق فيه نوعا من القلق والاضطراب والتوتر لا تزول إلا إذا أتم هذا العمل وأنجزه على أكمل وجه.

ب) العوامل الذاتي

1 – **قانون التكرار/** إن تكرار موضوع معين يعد من أهم العوامل الميسرة لعملية الاسترجاع، ويكون هذا التكرار تكراراً موزعاً على فترات وان لا يكون تكراراً رتيبا مركزاً.

2 – **قانون الحداثة/** إن الموضوعات أو الإفراد الذين التقيت بهم حديثاً أسهل تذكر من غيرهم من الأمور الأخرى كتذكرك لأخر درس درسته في مادة معينة أو أخر عام ذهبت فيه لأداء فريضة الحج.

3 – **قانون الأولوية/** الإحداث التي نلتقي بها لأول مرة يسهل تذكرها عن الإحداث الأخرى، كأول يوم ذهبت فيه إلى المدرسة وأول يوم ذهبت فيه إلى الجامعة إلى غير ذلك من الإحداث التي لها اثر في نفسك.

4 – **قانون الشدة/** الخبرات والأحداث العنيفة التي يكون لها اكبر الأثر في نفسك، هذه الانفعالية تكون أسهل تذكر من غيرها من الإحداث.

5 – **قانون اكتمال الملابسات/** فوجود الفرد في نفس المكان الذي اكتسب فيه الذكرى السابقة يعينه على تذكرها، فإحضار الشاهد إلى مكان حدوث الجريمة ربما يثير في ذهنه سلسلة الإحداث التي وقعت إثناء الجريمة.

نظرية معالجة المعلومات Information Processing Theory

فسر الباحثون وعلماء النفس إن نسيان الارتباط يعود إلى اثأر التداخل بين الارتباطات التي يتم تعلمها في أوقات مختلفة فقد ينسى الفرد رقم الهاتف لتداخله مع أرقام هواتف أخرى، ونظرية معالجة المعلومات Information Processing Theory توضح الخطوات التي يسير بها الإفراد في جمع المعلومات وتنظيمها وتذكرها، وتؤكد النظرية على التطور المعرفي وتقدم افتراضين مهمين عن التعلم هما:

1 – إن ينظر إلى التعلم باعتباره عملية نشيطة يبحث فيها المتعلم عن المعرفة ويستخلص منها ما يراه مناسباً.

2 – يرى بان المعرفة السابقة والمهارات المعرفية تؤثر في عملية التعلم.

ويؤدي نظام معالجة المعلومات ثلاث وظائف أساسية هي:-

- استقبال المعلومات الخارجية (المدخلات) وتحويلها أو ترجمتها بطريقة تمكن الجهاز من معالجتها في مراحل المعالجة التالية.
- الاحتفاظ ببعض هذه المدخلات على شكل تمثيلات معينة (التخزين)
- تعرف هذه التمثيلات واستدعاؤها واستعمالها في الوقت المناسب (أي يجب على جهاز معالجة المعلومات إن يرجع المعلومات ويحتفظ بها ويستعيدها.

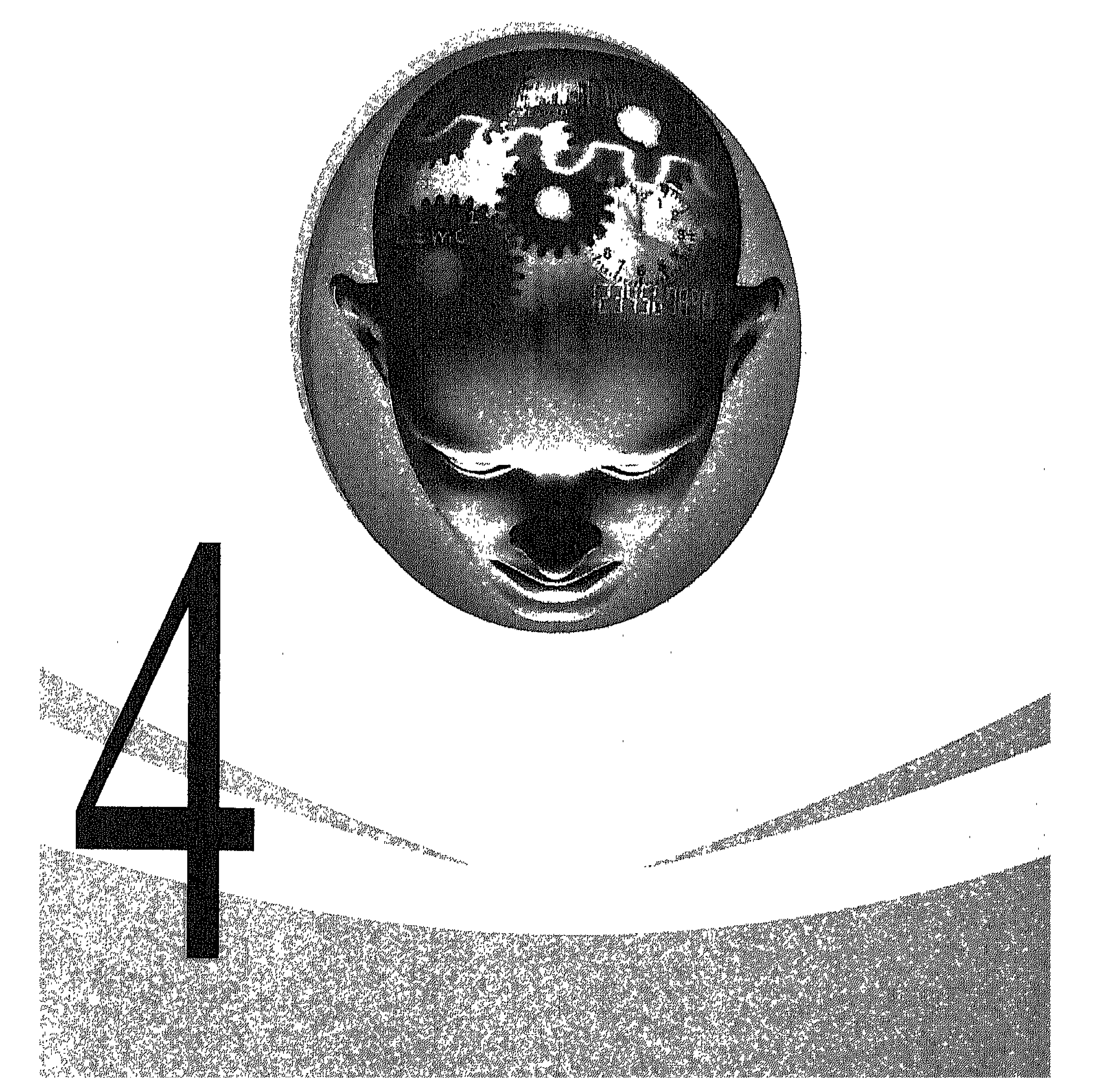
اتجاهات معالجة المعلومات ونماذج الذاكرة

وإذا نظرنا إلى الذاكرة البشرية كنظام معالجة معلومات وجدناه يتضمن ثلاث مراحل للمعالجة وهي مرحلة الترميز ومرحلة الاحتفاظ (التخزين) ومرحلة التذكر (الاستعادة).

تبدأ معالجة المعلومات غالباً بمثيرات ومدخلات من البيئة الخارجية كالضوء والحرارة والضغط والصوت يجب إن تثير استجابة موجهة تركز

انتباهنا على المثير وهذه هي بداية العمليات العقلية الداخلية ويتم فيها تخزين المثيرات (المعلومات) الواردة من البيئة بطريقة مختصرة لمدة تقل عن نصف ثانية في المخزن الحسي قصير المدى الذي يعتقد بان طاقته الاستيعابية غير محددة وتتضمن مخزوناً مستقلاً لكل حاجة ويحدد الانتباه ما يمكن إن يحدث بعد ذلك، ويعتبر ذلك نقطة مهمة في المعالجة لكون ما تم معالجته في الوقت الراهن في الذاكرة العامة عنصر مهم ورئيسي في تحديد المثير الذي ننتبه إليه وإذا لم يتم الانتباه للمعلومات الجديدة فانها تنسى وتتلاشى إما إذا انتبهنا اليها فإنها تنتقل من الذاكرة الحسية إلى الذاكرة قصيرة المدى والذاكرة العاملة وكلاهما ذاكرة واعية تمثل كل ما نعيه في وقت ما وطاقة التخزين في هذه الذاكرة محدود بحوالي سبع وحدات من المعلومات ومن الملاحظ إن المعلومات في الذاكرة قصيرة المدى لا تكون بالشكل الخام نفسه الذي كانت عليه في الذاكرة الحسية ومن الممكن نسيانها كذلك عن طريق إدخال معلومات جديدة وتشبه الذاكرة العاملة إلى حد كبير الذاكرة قصيرة المدى ومن الممكن إن تكون جزءاً منها، وإذ تم التدريب على المعلومات وتكرارها وترميزها في الذاكرة قصيرة المدى أو الذاكرة العاملة فإنها ستحافظ على تركيز الانتباه أو يتم نقلها إلى الذاكرة بعيدة المدى والتي تعتبر ذات طاقة تخزين غير محددة إما المعلومات التي يتم خزنها في الذاكرة بعيدة المدى فلا تنسى ابداً برغم من اننا لا نكون قادرين على استرجاعها بسبب فشلنا في استعمال الطريقة المناسبة للبحث، وفي الواقع يمكن لأي استجابة نؤديها كالإجابة عن سؤال ما تنبع من الذاكرة العاملة إما بشكل مباشر أو من خلال الاسترجاع من الذاكرة بعيدة المدى.

الفصل الرابع
علم نفس اللغة



الفصل الرابع

علم نفس اللغة

مفهوم اللغة

تقع اللغة في بؤرة الأحداث الإنسانية، فمن خلالها توارثت البشرية خبرة الأجيال السابقة من معارف واكتشافات واختراعات، حيث تلعب الدور الرئيس في أي تواصل بين البشر.

ولقد أحتل علم نفس اللغة موقعه كميدان من ميادين علم النفس وأخذ يبلور أهتماماته في ميدان السلوك اللغوي، ويعرف علم النفس بأنه العلم الذي يدرس السلوك ويدرك الفعاليات العقلية بطريقة علمية، واللغة سلوك بشري وهي ذات صلة وثيقة بالفعاليات العقلية، وإذا تخلى علم النفس عن دراسة السلوك اللغوي يكون قد استثنى من ميدان دراسته قطاعاً كبيراً من سلوك الأنسان وفعالياته العقلية.

ويجري معظم التعلم عن طريق اللغة، فتقوم اللغة بتشكيل معتقدات الأفراد وتوجهاتهم النفسية نحو الجماعات والأقوام والأشياء في الكون وتؤثر في تكوين الشخصية البشرية، لذا فأن علم نفس اللغة يمكن أن يدلنا على جملة من المؤثرات في سلوك الأنسان.... فاللغة تعتبر من أهم مبتكرات الأنسان الحضارية فالأنسان يستطيع أن يتواصل من خلالها بأشخاص غير موجودين في الزمان والمكان، كأن يقرأ كتاباً لمؤلف كتبه قبل قرون وفي مكان بعيد عنه.

تعريف اللغة ظهرت العديد من التعاريف للغة، والتي تباينت في منظورها تبعاً لإخلاف اهتمام المختصين. فنلاحظ أن اللغويين في تعريفهم للغة أكدوا على قواعد النحو والصرف والتراكيب اللغوية مع اهتمامهم بالرموز اللغوية المنطوقة فقط، في حين نجد أن علماء الاجتماع أكدوا في تعريفهم للغة على الوظيفة

التفاعلية الاجتماعية لها في الوقت الذي لم يهملوا الرموز غير اللفظية. أما علماء نفس اللغة فقد أكدوا على عمليات الاكتساب والارتقاء والإنتاج اللغوي بالإضافة إلى المعاني والدلالات والعلميات النفسية المرتبطة بها.

أن جميع التعاريف حصرت اللغة بالرموز المنطوقة المتمثلة بالحديث أو ما يسمى الكلام ولكن واقع الحال أن اللغة لا تقتصر على الرموز الصوتية المنطوقة فحسب بل تتعدى ذلك لتشمل جميع الوسائل الأخرى كالإشارات والإيماءات الحركات التعبيرية والجسدية، وبهذا المنظور يمكن النظر إلى اللغة على أنها:

جميع الرموز المنطوقة وغير المنطوقة التي يستخدمها أفراد مجتمع ما كأداة من أدوات التخاطب للتعبير عن المشاعر والأحداث والآراء والأفكار والرغبات.

وهي: كل صور الأتصال بين أفراد النوع المرئية والمسموعة أو الملموسة.

وهي: صياغة المعلومات والمشاعر في أصوات مقطعية.

وهي: أستعمال رموز صوتية مقطعية يعبر بمقتضاها عن الفكر (ميوللر).

وهي: أرتباط ثابت بين أشياء مدركة حسياً وبين حالات شتى من الشعور.

وهي: أستخدام منظم للكلمات من أجل تحقيق الأتصال بين الناس (ستيرنبرغ).

خصائص اللغة

اللغة هي عبارة عن نظام من الرموز يتميز بأنه:

1 - صوتي: أي يتألف من أصوات تنجم عن جهاز النطق البشري.

2 -أنساني: أي نتاج الجهد الأجتماعي البشري.

3 -أعتباطي: أي أنه يتقرر أجتماعياً، دون ضرورة أرتباط أي رمز لغوي بأي معنى معين.

4 -نظامي: لأنه يخضع لقواعد تقرر تركيبه.

5 - إبداعي: بمعنى أن هناك ما لانهاية من التركيبات اللغوية في أي لغة طبيعية، وأن أي لغة قادرة على التعبير عن أي موقف جديد يجابهه الأنسان.

وظائف اللغة

إن المهمة الأساسية للغة هي الأتصال بين البشر، أي نقل المعلومات من مصدر الى مرمى....فيرى جابكسون أن اللغة تؤدي أربع وظائف رئيسية تتمثل في: الوظيفة التعبيرية أو الانفعالية، والوظيفة الندائية، والوظيفة المرجعية، والوظيفة التواصلية.

أما كلين فيرى أن اللغة تخدم ثلاثة أدوار هي:

1- التواصل والتفاعل مع الآخرين.

2- تسهيل عمليات التفكير.

3- تسهيل عمليات استدعاء معلومات خارج نطاق مخزون الذاكرة.

وتستخدم اللغة في وظائف مختلفة منها:

1. إستعمال اللغة في المراسيم الأجتماعية (وظيفة تفاعلية أجتماعية)

أن الأفراد في المجتمع الواحد يستعملون صياغات لغوية معينة في المناسبات الأجتماعية ومن هذه الصياغات مرحباً، أهلاً وسهلاً، مع السلامة وهكذا.

إن هذه الأشارات النمطية مهمة للغاية في تحديد العلائق بين الأفراد في المجتمع... إذ إنها أشارت تدل على بقاء العلاقات الأجتماعية النفسية بين الأفراد ثابتة... أو أن أحد الأطراف يريد تغييرها.

وتعطي أشكال التحية أو أختلاف الكلمات التي تستعمل معلومات أخرى للسامع، فمنها نستطيع أن نحدد الفئة التي ينتمي اليها الفرد في المجتمع اذا كنا لانعرفه من قبل... فالفئات المختلفة في المجتمع تستعمل صياغات معينة تعتبر

مناسبة لتلك الفئة سواء كانت الفئات ريفية – مدنية، طبقية أجتماعية أو ذكور وأناث...

2. إعطاء المعلومات والحصول عليها (وظيفة إستكشافية تعليمية)

قد تكون هذه المعلومات بسيطة للغاية أو معقدة للغاية، كما قد تكون مهمة أو تافهة، فالمعلومات في علب الأدوية والبضائع التجارية... وفي الكتب العلمية... والنشرات الأقتصادية... ومايلقى في المؤتمرات العلمية من بحوث ودراسات... الخ.

وبزيادة هذه المعلومات أدى الى تطوير تكنولوجيا متقدمة في خزن المعلومات وإسترجاعها وتوفيرها لمن يحتاجها.

3. التعاون والسيطرة على البيئة (وظيفة تنظيمية)

وتشمل الأساليب اللغوية التي تؤدي الى التعاون بين فردين أو أكثر من صيغ الأمر والنهي والرجاء والتوسل والأوامر غير المباشرة والتي منها تتضح الأهمية العظمى للغة في التنسيق بين فعاليات الأفراد.

4. الحفاظ على التراث (وظيفة اخبارية)

لكل أمة من الأمم تراث من المعارف والعلوم والآداب والتاريخ، فتنتقل الى الأجيال التي تليها... فتعدل فيه أو تضيف اليه بواسطة اللغة المكتوبة. بذلك يستطيع الفرد من خلالها نقل مايريد من معلومات الى العالم أجمع.

5. التعبير عن الأنفعالات (وظيفة وجدانية)

وتظهر هذه الوظيفة ليس في اللغة المنطوقة وحدها، بل تستخدم أيضاً الأشارات غير المنطوقة.. كالتعبير عن السعادة والفخر والحزن والأمل... كما تستخدم اللغة في التنفيس عن مشاعر الغضب وغيرها.

6. إستعمال اللغة للتعبير عن الفكر

وذلك من خلال إستعمال بدائل لغوية لإظهار أو إخفاء مايجول في فكر البشر.

7. الإقناع

إن وسائل الدعاية السياسية والأعلانات التجارية هي محاولات للسيطرة على سلوك الآخرين عن طريق إقناعهم بأهمية المنتوج الفلاني أو الدعاية الفلانية لتفعل مايريدون أي شراء تلك البضاعة، وينسحب نفس الشيء على ما تفعله وسائل الدعاية... فتطلق بعض الحركات أسم المناضلين أو المجاهدين على مجموعة ما... بينما تطلق اذاعات أخرى على نفس المجموعة أسم المخربين أو الإرهابيين لما يقوموا به من عمليات.

بناء اللغة وتراكيبها وأنتاجها

إن الإهتمام ببناء اللغة وتركيبها موضوع يتداخل مع العديد من العلوم بجانب علم النفس

كعلم اللغويات Linguistics الذي يبحث قواعد اللغة.

علم الصوتيات Phonology الذي يبحث الأصوات البشرية (الفونيمات)

علم المعاني Semantics الذي يبحث معاني الكلمات والجمل.

كلها ساعدت علماء النفس في توفير المفاهيم التي تصف بناء اللغة وتراكيبها.

ويؤكد اليس وهنت Ellis & Hunt 1993 أن هناك مستويين في دراسة بناء اللغة وتراكيبهما هما:

1. المستوى الأولي للغة الذي يتكون من دراسة الفونيمات والمقاطع

أ - الفونيمات Phonemes

وهي أصوات أولية عديمة المعنى وتعد أصغر وحدة في اللغة المنطوقة ويتم من خلالها تشكيل الكلمات ثم الجمل والفقرات والنصوص اللغوية.

وتختلف عدد الفونيمات اللغوية من لغة الى اخرى في العالم، ففي اللغة العربية 40 فونيماً واللغة الأنكليزية 45 فونيماً وتتباين لغات العالم بين 15- 100 فونيم لكل لغة.

إن بداية اللغة عند الأطفال ماهي إلا مناغاة وهي ترديد عشوائي لبعض الفونيمات اللغوية، وبفعل التنشئة الأجتماعية والتعلم تتحول الى مفردات بسيطة ككلمة ماما وبابا.

ب - المقاطع Morphemes

وتعد أصغر وحدة ذات معنى في اللغة، ويتكون المقطع من 2- 3 فونيم مثل حلم (مقطع واحد) أحلام (مقطعين) نار (مقطع واحد) نيران (مقطعين).

2. المستوى المتقدم من اللغة الذي يتعلق بآلية تركيب الأصوات

حيث أهتم علماء النفس بالكلمات والعبارات والجمل أكثر من التركيز على بناء وتركيب الأصوات الأولية.

فالجملة عبارة عن مجموع عبارات تنطوي على أفكار محددة واضحة وتحتوي على أسماء أو أفعال أو ضمائر، وأدوات الربط المختلفة في اللغة.

وهناك مستويين من التركيب للجملة (التركيب السطحي ، التركيب العميق) التركيب السطحي اي تنظيم المقاطع داخل الجملة كما هي، لذلك أهتم علماء النفس بالتركيب العميق للجملة والذي يشير الى المعاني الضمنية للجملة، والذي بدوره يحافظ على التركيب السطحي والمعنى الواضح والدقيق للجملة.

إنتاج اللغة

وهو على شكلين اللغة المنطوقة واللغة المكتوبة

واللغة هي: منتج معرفي يحدد العلاقة بين المرسل والمستقبل. لذلك فإن بداية الحوار بين المرسل والمستقبل هي انتاج اللغة.

لذلك فإن على المرسل أن يقوم ببعض التخطيط قبل انتاج اللغة كالهدف من الحوار، ومعرفة خصائص المستقبل ثقافياً وبيئياً وإجتماعياً.

ويسبق فهم اللغة عادة أنتاجها، حيث أهتم علماء النفس بجانبين في انتاج اللغة:

الأول – يتعلق بتحويل الأصوات والفونيمات الى كلام له معنى ودلالة.

الثاني – يتعلق بالأشارات غير اللفظية والأضطرابات التي تصاحب الكلام المنطوق بغض النظر عن أسبابها المحتملة.

ولابد أن تتوفر عناصر لأنتاج اللغة – كالمعنى – الألتزام بقواعد اللغة وذلك لتقديم منتج لغوي مكتوب أو منطوق.

وهناك خمس خطوات لتحقيق إنتاج اللغة وهي:

1. **تحديد مسيرة الحوار:** يجب أن يحدد الشخص خطة العمل التي من خلالها يتم فتح باب الحوار مع شخص معين من أجل تحقيق هدف محدد.
2. **التخطيط للجملة:** إن فكر الشخص في طبيعة الجمل التي ينوي إستخدامها مثل، عدم كثرة الحديث، عدم اللجوء الى الكذب، الألتزام بموضوع الحوار، الأبتعاد عن الجمل الغامضة...
3. **تحديد مكونات الجملة اللغوية:** أي أختيار الكلمات والمقاطع المناسبة ووضعها في المكان المناسب ضماناً لحسن تركيب الجملة.

4 **تحديد برنامج الحوار:** تحديد أسلوب الحوار من حيث التعبيرات الوجهية، حركة الشفتين... وغيرها.

5 **إخراج الكلام:** وذلك من خلال الصوت أو الكتابة.

إكتساب اللغة

يكتسب الطفل لغته من خلال التعرض للغة في الحياة اليومية، ويختلف العلماء في تفسير الكيفية التي يكتسب بها الطفل اللغة، وتتنافس النظريات النفسية في طرح التفسيرات لعملية أكتساب اللغة.... فالمدارس المعاصرة تطرح ثلاث نظريات في مسألة أكتساب اللغة وهذه النظريات هي:

أولاً: نظرية المحاكاة والتقليد

أفترض أصحاب هذه النظرية أن اللغة نشأت في أول أمرها في صورة محاولات قام بها الأنسان الأول لتقليد أصوات الطبيعة... ولذلك يرى مولر Moller أن الألفاظ التي نطق بها أنسان ما قبل التاريخ كانت الفاظاً صوتية، كالتعبير عن الأنفعالات وأصوات الحيوان ومظاهر الطبيعة التي تحدثها الأفعال عند وقوعها كصوت الضرب والكسر... ألا إن بعض اللغات لازالت تشتق كلماتها على هذه الصيغة.

لكن النقاد لهذه النظرية يؤكدون أنه بالرغم من نشوء كلمات جديدة على أساس تقليد الصوت الطبيعي... ألا أن نسبة الكلمات المشتقة بهذه الطريقة في أي لغة من لغات العالم نسبة قليلة جداً.

كما أن هذه الطريقة لا تفسر الكلمات المجردة التي تتميز بها لغة الأنسان.

ثانياً: نظرية التعلم الشرطي

يعتبر التعزيز أهم عنصر في نظرية التعليم الشرطي، وكما هو معروف فالأثابة التي يحصل عليها الفرد بعد أدائه سلوك معين تزيد أو ترفع من أحتمال ظهور وتكرار ذلك السلوك.

وفي أكتساب اللغة أو السلوك اللغوي يكون التعزيز هو مايحصل عليه الطفل من أستجابات الآخرين الذين يتكلمون لغته والتي تزيد من إحتمال ظهور إستجابات لغوية معينة دون غيرها.

تبدأ هذه النظرية من القول بأن الطفل يحدث أصواتاً عشوائية نطلق عليها أسم المناغاة، ويقدم الأبوان عادة التعزيز بصيغة الأبتسام والمداعبة والإحتضان، وكذلك بتقليد الأصوات التي صدرت عن الطفل، مما يؤدي الى نتائج معززة أو مثيبة وتزداد الأصوات التي ينتجها الطفل شيئاً فشيئاً كلما حصل الطفل على نتائج مسرة من خلالها... كحصوله على الطعام والأنتباه وغيرها.

كما تستند النظرية على مبادئها المعروفة في تفسير جوانب أكتساب اللغة كالتشكيل والأنطفاء والتعميم... الخ، وهكذا يفسرون إكتساب الجمل إستناداً الى تشكيل سلاسل الأستجابات.

كذلك تتضمن عملية تعلم الكلمات عمليات إقترانية أيضاً، فقد يسمع الطفل كلمة كتاب عدة مرات لدى وجود الكتاب أمامه وهكذا يتعلم الطفل معنى كلمة كتاب... وهكذا ترمز كل كلمة مع الشيء المرادف لها فتحل محله.

إذن إستناداً الى هذه النظرية يلعب كلا من التعليمين التعزيزي والأقتراني دوراً مهماً في إكتساب العادات اللغوية.

ثالثاً: نظرية تحليل المعلومات (النظرية المعرفية)

يعتبر تشومسكي من أهم المنظرين الذين وضعوا أسس هذه النظرية، كما أن جان بياجة كان من روادها.

ويرى أصحاب هذه النظرية أن الأطفال في كل مكان من العالم يتعلمون قواعد لغوية بالغة التعقيد بسرعة هائلة توحي بأن الأنسان ذو تركيب خاص يؤهله لأكتساب اللغة عن طريق تحليل البيانات اللغوية التي يتسلمها وتكوين الفرضيات حول كيفية بناء التركيبات اللغوية، ويطلق على هذه القدرة "تحليل البيانات" ويعتقد العلماء بأن هناك ميلاً وراثياً لأكتسابها. ويرى أصحاب هذه النظرية أن الطفل ينصت لصيغ الكلام في بيئته ويصنفها الى أصناف قواعدية، ويبني الأحكام التي تبرر وتفسر النظاميات التي يكتشفها في السلوك اللغوي عند الكبار... ويستعمل هذه القواعد لكي ينطق بجمل جديدة لم ينطق بها أحد من قبل فيؤكدون بذلك على الجوانب التشريحية العصبية والعقلية الموروثة والتي تسمح للطفل بتحليل المعلومات التي يتسلمها من البيئة وتمكنه من أستخلاص التركيبات القواعدية أو ابتكارها.

ويطلق تشومسكي على الآلية الفطرية التي تولد مع الأفراد اسم أداة الاكتساب اللغوي أو ما يعرف بآلية التوليد اللغوي، وتتضمن هذه الآلية المعرفة والمعلومات المرتبطة بالمظاهر العامة للغة والتي من شأنها أن تمكن الأفراد من تعلم البناء اللغوي السائد في لغتهم الأم.

ويؤكد تشومسكي أن الاستعداد البيولوجي ليس بالضرورة أن يؤدي إلى اكتساب اللغة على نحو آلي أوتوماتيكي، إذ لابد من التعرض إلى سماع الأصوات اللغوية لتسهيل عملية اكتسابها وتعلمها.

أن التطور اللغوي عند جميع الأفراد من ذوي الأعمار المتقاربة في المجتمعات المختلفة يحدث بالتسلسل ذاته، مع وجود استثناء فيما يتعلق بتعلم صيغ الجمع في اللغة العربية نظراً لتعقيدها، ويقترح تشومسكي أن آليات البناء اللغوي هي

ظاهرة عامة لجميع أفراد الجنس البشري، فمن خلالها يستطيعون استخلاص أصوات اللغة والبناء اللغوي والدلالات والمعلومات الأخرى المرتبطة بالظاهرة المتعددة للغة، فعلى سبيل المثال، أن آليات ترتيب مفردات الجملة في بداية تطور بناء الجمل هي متماثلة لدى جميع الأطفال في المجتمعات المختلفة.

لقد لاقت وجهة نظر تشومسكي تأييداً كبيراً من قبل علماء نفس اللغة فنجد لينبرج على سبيل المثال يؤكد فكرة أن اكتساب اللغة هي تخصصية فطرية بشرية وأن التعبير اللغوي يعتمد على النضج الجسمي إلى حد كبير مع قليل من التعرض إلى العوامل البيئة.

وجهة النظر التفاعلية

تعد وجهة النظر هذه حلقة الوصل بين الاتجاهات السلوكية والاتجاهات المعرفية في تفسيرها لعملية اكتساب اللغة وتطورها. فهي تفترض أن اكتساب اللغة هو محصلة تفاعل العوامل الوراثية مع العوامل اللغوية البيئية المناسبة، وترى أن الأفراد يولدون وهم مزودون بأداة نطق فطرية لتعلم وتذكر الأصوات وإنتاجها لاحقاً في الوقت الذي يصبح فيه من الضروري جداً تفاعل أجهزة النطق البيولوجية مع البيئة المعرفية والاجتماعية لتصبح قادرة على تسجيل الأصوات وترميزها وإنتاجها لاحقا.

فهم اللغة

وتعني الأهتمام بقدرات الأستماع والقراءة حتى يفهم الشخص مايسمعه أو يقرؤه، حيث أن الأنسان مجهز بتركيب يسمح له بتسلم التنبيهات الصوتية والبصرية التي نسميها اللغة... ولكن عملية الأحساس لا تكفي وحدها في عملية التواصل... بل تليها عمليات أخرى لا تقل أهمية عنها وهي الأدراك والتذكر حتى نبلغ مرحلة الفهم فعن طريق الأدراك يتم تحويل الأحساسات الى رموز ويتم خزنها فيما بعد في الذاكرة.

ويقال بأن الناس لا ينطقون اللغة (أو الكلمات) بشكل مفهوم، فنحن كما يبدو نتكلم دون عناية كبيرة بما ننطق.. فلا ننطق الكلام بشكل دقيق، ولكن نستلم الكلام فهو غالباً ما يصلنا دون تشويش وهو إفتراض صحيح بطبيعة الحال، فنحن نستطيع القول أن فهمنا للكلام يتحدد ضمن الأطر التالية:

1) لايدرك الكلام كسلسلة من المقاطع الصوتية المنفصلة بل يتنبأ المرء بما يقال له، وللتأكد قام الباحث بتسجيل جمل بأخطاء قواعدية طفيفة لايتوقع السامع حدوثها. فوجد بأن المفحوصين ينطقون الجمل بصياغاتها الصحيحة دون معرفة بحدوث الخطأ في الكلام المسجل.

2) يبدو أننا نبحث عن المعلومات لدى سماعنا اللغة، فلو طلبنا من المرء متابعة جمل لغوية في أحدى الأذنين وأهمال جمل مفيدة في الأذن الأخرى، نجد بأن السامع يهمل ما يطلب منه متابعته وينتبه للجمل المفيدة.

3) يجري تحليل للكلام في مراحله الأولى دون وعي الفرد، فقد ظهر من دراسة أدراك الكلام أن الفرد يحلل الجمل التي يطلب منه أهمالها أولاً ثم يهملها أو يستبقيها أستناداً الى قرار لاحق.

ويلعب بناء الجملة دوراً بالغ الأهمية في فهمها، لذا نستطيع القول بأن الجملة المبنية للمعلوم أسرع في زمن الأستجابة لها من الجملة المبنية للمجهول.

وأن فصل الجمل الطويلة الى مكوناتها الأساسية يجعل فهم الجمل أسهل على مستلمها.

وتدل الدراسات أيضاً أننا نفهم الجمل بشكل أسرع عندما تحتوي على كلمات مألوفة أو واسعة الأستعمال، فالكلمات النادرة تحتاج الى وقت أطول لتحليلها.

وكما هو معروف أن الذاكرة البشرية فيها الذاكرة قصيرة المدى والتي لأجل أن يفهم الأنسان الجملة عليه إستبقاؤها في الذاكرة قصيرة المدى ريثما ينتهي من تحليلها، وإن فهمها يزداد صعوبة بزيادة طول الجملة.

ولقد تبين من الدراسات أنه كلما أزدادت الجمل داخل الجملة الأصلية أرتفع الثقل على الذاكرة قصيرة المدى مما يعرقل تحليلها الى مكوناتها الأساسية وبالتالي فهمها.

وخلاصة القول أن الفهم يتحقق خلال ثلاث مراحل وهي:

أ - مرحلة الإدراك: إدراك النص كما تم ترميزه في الذاكرة قصيرة المدى.

ب -مرحلة التمثل: تمثيل معاني الكلمات والجمل الواردة في النص المسموع أو المقروء وتخزينها ووضعها في حالة الإستعداد للإستجابة.

ت -مرحلة الإستجابة: إستخدام المعاني التي تم تمثيلها وذلك حينما يتطلب الأجابة عن سؤال أو إتباع تعليمات معينة من خلال أداء مهمة معينة للدلالة على الفهم.

تطور اللغة

أن دراسة النمو اللغوي من أهم المظاهر الأساسية في نمو الطفل، فعليه يعتمد قياس النمو العقلي والأنفعالي والأجتماعي.

ويشير معظم الباحثين الى أن نمو اللغة يسير وفق مراحل مختلفة متتابعة كأي جانب من جوانب السلوك.

وقد جرت دراسات عديدة في مختلف أنحاء العالم أهتمت بدراسة اللغة عبر مراحل نموها، وتضمنت جوانب مختلفة من لغة الأطفال منها:

- نمو المفردات. - التركيب اللغوي. - طول الجملة.	- العوامل المؤثرة على النمو اللغوي.

ويعتمد تطور اللغة عند الطفل على مدى نضج وتدريب الأجهزة الصوتية وعلى مستوى التوافق الحركي والعقلي والحاسي الذي تقوم عليه هذه المهارة اللغوية وخاصة في بدء تكوينها... فالطفل لايكون مهيأ للكلام إلا بعد أن تكون أعضاؤه الكلامية (الفم، اللسان، الحنجرة) ومراكزه العصبية قد بلغت درجة كافية من النضج.

كما وتعتمد اللغة في تطورها على عوامل البيئة من خلال رعاية الطفل خلال عمليات التفاعل النشط مع الأسرة، كما وتلعب عوامل الإتصال التقنية كمشاهدة التلفاز، العاب الفديو الحاسوب دوراً في صقل قدرات الطفل الإستقبالية.

ويمكن تقسيم مراحل تطور اللغة الى:

أولاً: مرحلة الأستجابات المنعكسة

قسم الباحثون هذه المرحلة الى مراحل جزئية وهي:

1) صرخة الميلاد: تبدأ حياة الطفل بمنعكس يعتمد في أستثارته على دخول الهواء الى الرئتين بقوة عبر حنجرته فتهتز الأوتار الصوتية، وهذه هي أول ظاهرة من ظواهر اللغة الأنسانية، وللصرخة أثر فعلي في فتح المجال الهوائي لجهاز النطق عند الطفل.
2) الصراخ والأصوات: عند الولادة حصيلة الطفل الصوتية قاصرة على الصراخ حيث تتطور صرخة الميلاد الى البكاء لأرسال التبليغات الأولى الى والديه.

وقد درس وولف 1969 التصويت لدى الأطفال، ووجد أن الأطفال حتى في الأسابيع الأولى من حياتهم يطلقون ثلاثة أنواع من البكاء الصيغة الأيقاعية – بكاء الغضب – بكاء الألم.

وهذه الأصوات لها أهميتها كونها تمريناً للجهاز الكلامي.

وقد لاحظ ارون Irwin 1966 بعد ستة أيام من ولادة الطفل تبلغ 4 أصوات وحتى الأيام العشرة الأولى تبلغ 8 أصوات.

وتظهر أصوات البهجة في الشهر الثاني يطلقها الطفل عندما يكون شبعاً ومرتاحاً.

وتتطور الأصوات من صيحات الى أنغام يرددها الطفل تدعى المناغاة Babling حيث تلعب دوراً مهماً في تعجيل عملية تعلم الطفل للمهارات الأساسية المطلوبة للسيطرة على الآليات اللفظية لمهارات الكلام والتنسيق بين أدراك الكلام و أنتاجه.

ويبلغ الطور النهائي من مرحلة ماقبل الكلام عندما يبدأ الطفل بأستعمال كلمات معينة يستطيع الكبار تمييزها ، وذلك مع نهاية السنة الولى وبداية السنة الثانية ، ومعظم تعلم الأطفال للكلمات يتحقق من خلال تدعيم المقربين للطفل لهذه الأصوات أو الكلمات أو عدم تدعيمها.

ثانياً : مرحلة التقليد والأستجابات اللغوية

تتطور مدركات الطفل شيئاً فشيئاً كنتيجة للنمو والتطور الحسي والحركي، فتتكون لديه القدرة على تقليد الكلمات التي يسمعها ، وتنمو أيضاً لديه القدرة على أستعمالها بعد تذكرها مرتبطة بالأشياء أو الأحداث التي صاحبتها.

وهكذا يمكن إعتبار القدرة على خزن المشاهد والأصوات وتقليدها شروطاً ضرورية لنمو اللغة وتطورها.

ثالثاً : مرحلة الكلام

غالباً مايمر عام على ولادة الطفل قبل أن ينطق كلمته الأولى وذلك لأن السيطرة الحركية على أجهزة النطق أصعب من أجراء التمييزات السمعية أن أول

ما يتعلمه الطفل وينظمه في كلام هو ليس الأصوات المنفردة بل المقاطع مثل "با" "ما" وأن أول نطق لغوي يكون عن طريق الكلمات المفردة.

وتمثل الكلمات الأولى للطفل المسميات للأشياء حوله والحوادث التي تمر به وتعبر عن حالته المزاجية وعن أهتماماته وعن مايجذب أنتباهه في محيط بيئته، فتتكشف بذلك الكيفية التي يدرك بها الطفل العالم المحيط به والوظائف الأتصالية التي تؤديها هذه الكلمات.

ويعتمد كلام الطفل ونمو مفرداته على حاجة الطفل، فإذا توفر له كل مايريد دون السؤال عنه من قبل الوالدين، فلا يكون هناك باعث يجعله يبذل مجهوداً للكلام.

وهناك عوامل تؤثر في تطور لغة الطفل وهي:

أولاً: عوامل تتعلق بشخصية الطفل

- النضج والعمر الزمني.	- الصحة.
- الذكاء.	- الجنس.

ثانياً: عوامل تتعلق ببيئة الطفل

- **المحيط الأسري**
- **عدد أطفال الأسرة.**
- **ترتيب الطفل الولادي.**
- **ثقافة الوالدين.**
- **الألتحاق بدور الحضانة ورياض الأطفال.**
- **التشجيع والتدريب والأختلاط.**
- **التنشئة السيئة وآثارها على النمو اللغوي.**

علاقة اللغة بالتفكير

لقد شغلت مسألة علاقة اللغة بالفكر الفلاسفة والمفكرين والعلماء عبر تاريخ الفكر البشري. فمنهم من قال بأن اللغة معزولة عن الفكر، ومنهم من قال بأن اللغة والفكر ينبعان من جذرين مختلفين ولكنهما يتوحدان لدى نمو الطفل، وآخرون قالوا بأن اللغة والفكر شيئان مختلفان ولكن الصلة بينهما وثيقة للغاية.

وعليه فإنه يوجد وجهات نظر مختلفة بهذا الشأن والتي تتمثل في الآتي:

أولاً: التفكير واللغة وجهان لعملة واحدة

ويشير واطسون Watson أن لايوجد فرق بين اللغة والتفكير، حيث أن التفكير عبارة عن تناول الكلمات في حديث داخلي بدون أصوات، وأن اللغة قد تكون خارجية كالكلمات أو داخلية كالتفكير.

أما العالم وورف 1938 Wohrf، فيقول أن العالم يمر أمامنا كأنطباعات متغيرة دائمة التحول وتقوم عقولنا بتنظيمها من خلال النظام اللغوي في عقولنا (أي اللغة والفكر شيء واحد).

وعلى هذا الأساس يميز أتباع النظرية السلوكية بين شكلين من أشكال اللغة هما:

1- **اللغة الداخلية**: والتي تتمثل بالحديث الداخلي أو ما يسمى بالتفكير ومثل هذا النوع عادة ما يكون متحرراً من القوالب والقواعد اللغوية والنحو والألفاظ، وينتج عن هذا النوع العديد من الأفكار وأنماط السلوك المختلفة.

2- **اللغة الخارجية**: وتتجلى بالكلام المنطوق أو يسمى بالتفكير الصريح أو المعلن، ويلعب الكلام دوراً بارزاً في مثل هذا النوع من التفكير، كما ويتأثر هذا النوع بالقواعد اللغوية والنحوية والبناءات والتراكيب اللغوية، ويتم من خلاله التعبير عن الفكر ونقله إلى الآخرين.

ثانياً: التفكير يؤثر في اللغة

ويرى أصحاب هذا التوجه أن كل مفاهيم الأنسان وطريقة تفكيره ينشآن عن خبراته في حياته العملية، حيث أن الأنشطة التفكيرية المختلفة يتم تطورها وممارستها قبل اكتساب الكلام واستخدامه. وحسب وجهة نظرهم فإن اللغة تنشأ لتتلاءم مع الأفكار التي نسعى بنقلها للآخرين. فالبناء اللغوي التعبيري يتطور في واقع الحال ليتلاءم مع البناء الفكري وأسلوب التفكير السائد لدى فئة من الشعوب، لذلك عندما تكون ظروف الحياة مختلفة وغير متطابقة مع مفاهيم الشعوب، تكون مفاهيم تلك الشعوب مختلفة وغير متطابقة مع مفاهيم الشعوب الأخرى ذات التاريخ المختلف والخبرات المختلفة... ويستنتج من ذلك أن الخصائص النفسية للتفكير تختلف بأختلاف الشعوب.

كذلك يمكننا القول بتأثير الحضارة على الفكر وبالتالي تاثير الفكر على اللغة.

فيشير سوندرز Sauaders الى الفرق بين الفكر الأسباني والأنكليزي كما ينعكس في اللغة فالأسباني يقول بأن الساعة تمشي ويقول الأنكليزي الساعة تركض..... ويقول الأسباني بأن السيارة أصطدمت ويقول الأنكليزي بأنه صدم السيارة... لأن السيارة لا تصدم وحدها.

تعكس أذن التعبيرات أساليب التفكير لدى هذين الشعبين. أي يلخص هذين المثلين تأثير الحضارة على الفكر وبالتالي تأثير الفكر على اللغة.

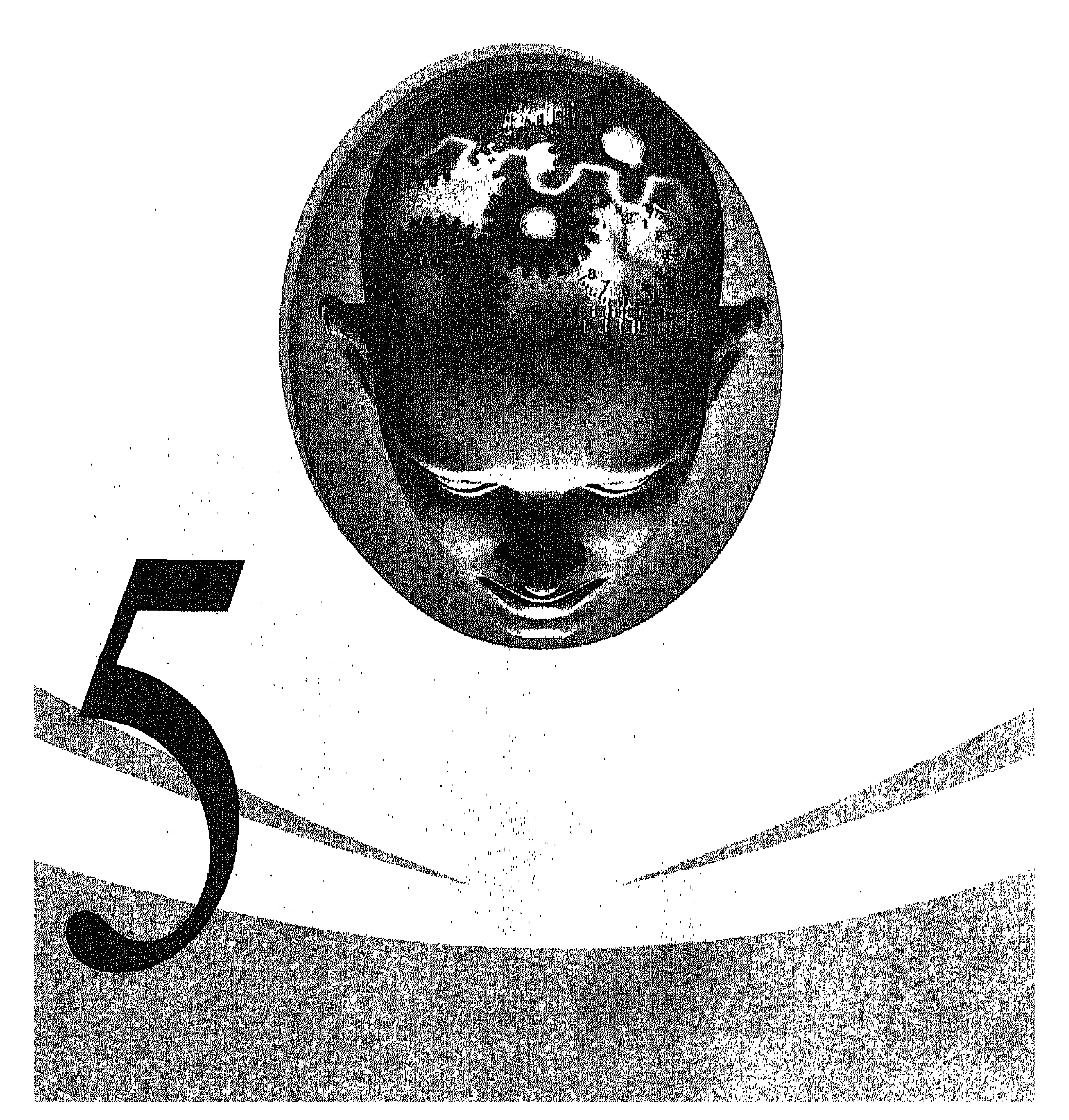
ثالثاً: التفكير يسبق اللغة

يؤكد بياجيه أن التفكير يسبق اللغة، حيث ينمو تفكير الطفل أولاً من خلال تفاعله مع بيئته ثم يتبعه الأرتقاء اللغوي لذلك لاتوجد لغة بدون تفكير.

ويرى فيجوتسكي Vygotsky بأن التفكير يسبق اللغة حيث أشار الى أن الكلمات التي يصدرها الطفل ليست مكررة بل دليل على وجود المعرفة قبل اللغة لأن الطفل يولد مزود ببنى معرفية قبل ظهور الكفاءة اللغوية.

وهناك الرأي القائل بأن التفكير أساس اللغة حيث أكد آرسطو أن فئات التفكير تحدد فئات اللغة، أي أن التفكير يسبق اللغة ولكن اللغة هي أداة التفكير وطريقة لنقل الأفكار، وأن هناك أرتباط كبير بين نمو اللغة ونمو التفكير، وقد يقوم الفرد بالتفكير في شيء دون أن يصاحبه أستخدام لأي كلمة أو تعبير صوتي، ولكن لايمكن أستخدام اللغة دون أن يسبقها أو يصاحبها تفكير.

الفصل الخامس
الأساليب المعرفية



الفصل الخامس

الاساليب المعرفية

تعريف الاساليب المعرفية

تشير الاساليب المعرفية الى الاساليب والطرق المفضلة من قبل الافراد لمعلجة المعلومات لتصف النمط التقليدي لتفكير الفرد وادراكه وطرق تصرفه:

1- ويعرف تينت(Tenet، 1988) الاسلوب المعرفي " ان عادات الفرد في حل المشكلات والتفكيروالادراك والتذكر".

2- وعرفه وتكن (witkin، 1977) "انه سمه شامله تظهر في قدرات الفرد الادراكية وتعبر عن طريقته الخاصة في التعامل مع المعلومات من حيث استقبالها وترميزها والاحتفاظ بها واستخدامها".

3- وعرفه ميسك(Mesick، 1976) "انها الوان الاداء المعرفي المفضلة لدى الفرد لتنظيم مايدركه من حوله واسلوبه في تنظيم خبراته وترميزه للمعلومات وتخزينها في الذاكرة.

4- ويعرفه جيلفورد (Guilford، 1997) " انها وظائف موجهة للسلوك الانساني تتمثل بعدد من القدرات المعرفية او الضوابط المعرفية بالاضافه الى اعتبارها سمات تعبر عن بعض مكونات الشخصية الانفعالية والاجتماعية والفعلية".

ومع ان هذه التعريفات قد تختلف في تركيزها على جوانب دون اخرى الا انها تجمع على ان الاسلوب المعرفي هو عملية وسيطة بين المدخلات والمخرجات تعمل على تنظيم الادراك والعمليات المعرفية الاخرى لتحدد اسلوب خاص ومميز للفرد يتمثل باسلوب مميز في معالجة هذه المعلومات وادراكها من خلال عمليات التفكير والتذكر وحل المشكلات واتخاذ القرارات وغيرها.

علاقة الاساليب المعرفية بدراسة الشخصية

تؤكد الدراسات ان الاساليب المعرفية تلعب دورا هاما في دراسة الشخصية وتميزها وتفردها. فالاساليب المعرفية قادرة على تفسير الكثير من جوانب الشخصية المعرفية والاجتماعية والانفعالية مما يعطيها القدرة على ان تؤدي دورا هاما في تنظيم بيئة الفرد وسلوكه كموجه لاسلوب الفرد في التعامل مع مواقف الحياة المختلفة. وتنظر الاساليب المعرفية الى الشخصية بطريقة شمولية وكلية حيث لاتعمل على تجزئة المكونات المعرفية عن المكونات الاخرى كالمكونات الانفعالية والاجتماعية والدافعية في الشخصية ويعد وتكن وزملاءه الاسلوب المعرفي عاملا او بعدا من ابعاد الشخصية حيث ينطوي على المجالات المعرفية والوجدانية التي تشكل مجالات هامة في الشخصية.

علاقة الاساليب المعرفية بدراسة الذكاء والقدرات

تختلف الاساليب المعرفية عن الذكاء حيث ان الاساليب المعرفية تهتم باسلوب او شكل النشاط المعرفي الذي يؤدي الى سلوك مادون الاهتمام بمحتواه، بيما يهتم الذكاء بمستوى الاداء او المهارة حيث ان الذكاء العالي يرتبط بمستوى اداء عالي والذكاء المنخفض يرتبط بمستوى اداء منخفض، اما القدرات فتشير الى درجة انتفاع الفرد من التدريب الاحق كعامل تنبؤي باداء الفرد ودقة نشاطه المعرفي وهناك تمييز بين الاساليب المعرفية والقدرات الفعلية بالجوانب الاتية:

1- تشير القدرات العقلية الى محتوى المعلومات ومكونات العمليات الفعلية اثناء تناول المعلومات ومعالجتها بينما تشير الاساليب المعرفية الى طريقة التوصل الى المعرفة.

2- ترتبط القدرات العقلية بمجالات محددة كالقدرات العددية والرياضية واللفظية وغيرها، بينما تنعكس الاساليب المعرفية لا بل

تؤثر على جميع اشكال القدرات بالاضافة الى السلوكيات الانفعالية والاجتماعية في دراسة الشخصية.

3- يتم قياس القدرات العقلية من خلال اقصى مستوى للاداء يستطيع الفرد تحقيقه (اختبارات الذكاء) بينما يتم قياس الاساليب المعرفية من خلال شكل الاداء او كيفيته في المواقف المختلفة.

4- تتميز القدرات بانها احادية القطب (من نهاية صغرى الى نهاية عظمى) بينما تعد غالبية الاساليب المعرفية ثنائية القطب (طرفين متناقضين سلبية وايجابية).

تصنيف الاساليب المعرفية

1. الاعتماد في مقابل الاستقلال عن المجال الادراكي:

يشير هذا البعد الى مدى الفروق الفردية الموجودة بين الافراد خلال مواقف تفاعلهم مع الخبرات والمواقف المحيطة بهم ويمكن تصنيف الافراد الى فئتين الاولى تستطيع التعامل مع العناصر ذات العلاقة بالموقف بشكل منفصل عن المجال الادراكي اي القدرة على تمييز الصورة عن الخلفية حيث يسمى هؤلاء الافراد المستقلون عن المجال الادراكي. اما الفئة الثانية فتصف الافراد الذين لا يستطيعون التعامل مع الموضوع المدرك بصورة مستقلة عن العناصر المتصلة به حيث يطلق على هؤلاء الافراد المعتمدين على المجال وتشير الدراسات الى ان المستقل عن المجال قادر على ادراك جزء من المجال بشكل مستقل عن الخلفية من خلال القدرة على التحليل الادراكي.

2. المغامرة مقابل الحذر(المخاطرة):

تباين الافراد في مدى اقبالهم على المخاطرة والمغامرة لتحقيق اهدافهم وطموحهم ويتوزع الافراد في هذا التوجه الى نوعين، الاول لديه الرغبة في المغامرة والتحدي للمجهول لتحقيق اهدافهم، بينما يسعى النوع الثاني من الافراد الى

الحذر واليقظة ولا يبدون اي رغبات في تحدي المجهول وتجريبه بل يفضلون المواقف التي تتميز بالواقعية والتقليدية والالفه.

3. السطحي مقابل المتعمق:

يتعلق هذا الاسلوب بين الافراد في كيفية استيعاب الذاكرة للمثيرات المتتابعة، يتميز الافراد في النمو السطحي بصعوبة استرجاع المعلومات المخزنه في الذاكرة بصورة متطابقة لما حدث او كما تم تخزينه لديهم حيث يجدون صعوبات في الاستفادة من المعلومات المتشابهة فيتعاملون مع المعلومات الحاضرة دون البحث في الاحداث والخبرات الماضية المخزنه في الذاكرة، اما اصحاب النمط المتعمق فهم اقل عرضه للتشتت ويستطيعون التعامل مع المواقف الحاضرة من خلال ربطها بالمواقف المتشابهة والمخزنه في الذاكرة.

4. تحمل الغموض في مقابل عدم التحمل:

يميز هذا الاسلوب المعرفي بين فئتين من الافراد حسب درجة تحمل الغموض في المواقف والمثيرات البيئية، الاولى لديها الاستعداد لتحمل المواقف الغامضة والمواقف غير المألوفة والغريبة، والثانية تفضل التعامل مع المواقف المألوفة والتقليدية ولا تتحمل التعامل مع اي موقف او مثير يخرج عن قاعدة الالفة والشيوع.

5. المتشدد في مقابل المرن:

يرتبط هذا الاسلوب المعرفي بالفروق بين الافراد في اسلوب تعاملهم مع المتناقضات المعرفية المتوفرة في موقف ما من حيث مدى قدرتهم على الانتباه الى المثيرات المرتبطة بذلك الموقف وعزل المثيرات المشتتة لنشاطهم واستجاباتهم لذلك فأن اصحاب الضبط المرن يتميزون بقدرتهم على فرز المشتتات وعزلها عن الافكار الهامة والجوهرية مما ينعكس ايجابيا على معالجتهم للمعلومات واستجابتهم، اما اصحاب الضبط المتشدد فيتميزون بعدم قدرتهم على الانتباه

للمثيرات الجوهرية المرتبطة بالموقف نتيجة عدم قدرتهم على عزل تاثير المشتتات الاخرى مما ينعكس سلبا على معالجتهم المعرفية واستجاباتهم.

6. **المتأمل مقابل المتسرع: (التأملية والاندفاعية)**

ويتعلق هذا الاسلوب بسرعة الاستجابة نحو المواقف المختلفة، فيميل اصحاب الاسلوب المتسرع الى الاندفاع والاستجابة المتسرعة للمثيرات مما يجعلهم عرضة لارتكاب الاخطاء، بينما يميل اصحاب الاسلوب المتأمل الى التروي والتفكير بشكل عميق مما يقلل من احتمالية القيام بأستجابات خاطئة، ويتميز اصحاب البعد المتأمل في هذا الاسلوب المعرفي بمهارات عالية في مجال التفكير الناقد والتأملي وهم غالبا ماينتمون الى النمط (ب) في السلوك او الشخصية.

7. **التعقيد مقابل التبسيط:**

يرتبط هذا الاسلوب بدرجة تعقيد نمط التفكير المستخدم عند التعامل مع المثيرات والمواقف الحياتية المختلفة، ويميل اصحاب النمط الذي يتميز بالتبسيط بالاعتماد على المعالجات الحسية اكثر من المجردة والادراك الشمولي بدلا من الادراك التحليلي في حين يتميز اصحاب النمط الذي يعتمد التعقيد بالاعتماد على انماط التفكير العليا كالتفكير المجرد والتحليلي.

8. **التركيز مقابل السطحية:**

يرتبط هذا الاسلوب بالفروق الفردية بين الافراد في درجة الانتباه وشدته فيتميز اصحاب نمط التركيز بوضوح الاهداف ودرجات عالية من تركيز الانتباه وعدم التعجل في الحل او المعالجة المعرفية اما اصحاب النمط السطحي فيتميزون بالسرعة والنظرة السطحية للامور وضيق الانتباة من حيث مدته وعدد المثيرات التي يتم متابعتها مما يجعل ردود فعلهم وقراراتهم متسرعة.

9. الشمولية مقابل القصور:

يتعلق هذا النمط باسلوب تعامل الافراد مع الموقف من حيث التركيز على جميع جوانبه بشكل شمولي او التركيز على بعض جوانبه مقابل او على حساب الجوانب الاخرى ويتميز اصحاب النمط الشمولي بالقدرة على تحمل المتناقضات والتعددية والتعامل معها ومعالجتها والاستجابة لها بفعالية عالية اما اصحاب النمط غير الشمولي (القصور) فيتميزون بعدم قدرتهم على تحمل التناقض فيركزون على جوانب من الموقف على حساب الجوانب الاخرى مما ينعكس سلبا على ادائهم.

10. سيطرة النمط الدماغي الايمن في مقابل النمط الدماغي الايسر:

تشير الدراسات الى ان الجاني الايسر من الدماغ يتميز بانه تحليلي وعقلاني ويختص بمعالجة المعلومات من خلال رابط الاجزاء بالكل بشكل خطي تتابعي وتظهرفعاليته في ترميز اللغة ومعالجة المعلومات بالتوازي من خلال التعرف على العلاقات بين الاجزاء المنفصلة ويميل اصحابهم الى التعلم الكلي ويحبون الصور والرسومات ويركزون على الخبرات الخارجية البصرية والمكانية.

التكنيكات المعرفية لادراك السلوك: Cognitive Techniques

يعود ادراك السلوك الى تدخل عمليات المعرفة عن طريق الاساليب العقلية المعرفية في الارشاد، المصممة لمساعدة المسترشد ليتعرف ذاته وبيئته، وليتفاعل باسلوب مناسب وملائم لمواجهة مشكلات المستقبل وتتمثل هذه الفنيات فيما ياتي:

1. التقليد والمحاكاة: Modeling and Simulation

يستخدم المسترشد اسلوب التقليد في ظروف قريبة من الواقع، وقد صمم كرمبولتر 1976 عددا من المواقف لطلاب المرحلة الثانوية للقيام بها في حل مشكلاتهم البسيطة وهي ماخوذه عن مواقف واقعية.

2. اللعب واداء الادوار التجريبية في الحياة اليومية: Life Games

هذا الاسلوب يعطي المسترشد دورا لتحديد هدف فعلي محدد، مثل القيام بدور مهنة معينة كوسيلة للارشاد عن طريق اعداد خطة مسبقة، ويقوم المسترشد باداء العمل من اجل تحقيق هدفه المحدد.

3. الانتباه لمواقف تتناقض مع المنطق والعمل: Paradoxical Attention

يعتمد الاسلوب المعرفي على انتباه المسترشد لمواقفه المتناقضة مع المنطق بدرجة معقولة، لان ذلك يقلل من درجة قلق المسترشد لان القلق الزائد يبعد المسترشد عن المنطق ويجعل تحقيق امنياته مستحيلة، ويجعله يدرك ان التوتر والقلق العادي واقع يعيشه جميع الافراد وعندما يتحقق ذلك سيساعد المسترشد على الانتباه الدقيق لدرجة خوفه، أو قلقه أو ذعره، وعلاقة ذلك بمشكلته، ويجعله قادرا على استيعاب مشكلته وتحديدها او وصفها بما يتفق مع طبيعة الموقف دون مغالاة.

4. التدريب التوكيدي: Assertive Training

احد الاساليب المعرفية في الارشاد، الا انه يعتمد على عدد من الاساليب الارشادية الاخرى مثل اداء الادوار، اعادة اداء مواقف معينة، تقليد ادوار اجتماعية وخاصة تلك التي كان المسترشد يعاني من القيام بها، وعادة يتم تسجيل هذه المواقف ويعاد عرضها على المسترشد اكثر من مره وذلك لتحقيق الاهداف التالية:

أ- تنمية قدرة المسترشد للتعبير عن سلوكه الانفعالي بطريقة مقبوله اجتماعيا.

ب- تنمية قدرة المسترشد على التمييز بين دوره ودور الاخرين.

ج- تحقيق الثقه بالنفس والقدرة على اختيار القرار المناسب له.

د- تدريب المسترشد على ممارسة سلوك معين والابتعاد عن سلوك مناقض له.

هـ- تخليص المسترشد من عدم القدرة للمطالبة بحقوقه الاجتماعية او الحصول عليها.

الالتزام المزدوج او المتبادل (Dual) Mutual commitment

هو احد الاساليب التي تعتمد على قدرة ادراك المسترشد للموقف او فهمه له، لان الالتزام عبارة عن موقف يفرض على المسترشد، وعند استجابة المسترشد لهذا الموقف في استجابة جديدة، وادراك فعل يخالف خبرته او سلوكه المسبب له القلق، تدعم هذه الاستجابة، التي يؤدي الى تحسين او تعديل سلوكه ايجابيا. وتستخدم هذه الطريقة باعطاء واجبات دراسية، او عند مراقبة المرشد لسلوك معين للمسترشد اثناء الجلسات الارشادية.

الفصل السادس

النظريات المعرفية



الفصل السادس

النظريات المعرفية

نظرية آرون بيك في العلاج المعرفي

آرون ت. بيك من مواليد عام 1921 حصل على شهادته الطبية في أمريكا عام 1946 قضى مدة من الزمن في العمل في المجالين العصبي والطب النفسي في مستشفى المحاربين القدماء بمدينة فرامنبهام.... ثم أصبح أستاذ للطب النفسي في جامعة بنسلفانيا 1954 ثم مدير لمركز العلاج المعرفي، ألف العديد من المقالات والكتب تضمنت العلاجات المعرفية للأضطرابات الأنفعالية....

الخلفية النظرية والتطور

تدرب بيك ومارس التحليل الكلاسيكي، وأصبح غير راضي عن هذا التحليل وتجريداته، وعندما عمل مع مرضى الأكتئاب، شجعهم أن ينغمسوا في تحليل معرفي لتفكيرهم... والذي أدى به الى إعادة تشكيل مفاهيمه عن الأكتئاب والقلق والخوف... والأعصبة المتصلة بالأفكار والأفعال المتسلطة، وتصويرها على أنها أضطرابات معرفية.

وعليه طور ألواناً من الأساليب لصحيح التفكير الخاطئ الذي تبنى عليه تلك الأضطرابات وبالتالي تخف حدة تلك الأعصبة... وشعر بأن فاعلية التكنيكات السلوكية ليست راجعة الى الأسباب التي قدمها المعالجون السلوكيون، ولكنها راجعة الى أن هذه الأساليب تؤدي الى تغييرات أتجاهية ومعرفية لدى الحالات المريضة.

افتراضات النظرية ومفاهيمها

أن العلاج المعرفي يرفض وجهات النظر التقليدية الثلاث:

التحليـل النفسـي: الـذي يعتـبر اللاشـعور المصـدر الوحيـد للأضـطرابات الأنفعالية.

العلاج السلوكي: الذي يهتم فقط بالسلوك الظاهري.

الأسلوب الطبي العصبي: الـذي يعتبر الأضطرابات البدنية والكيميائية السبب في الأضطرابات الأنفعالية.

فـالعلاج المعـرفي مـبني علـى فكـرة عقلانيـة تعـني مـايفكر فيـه النـاس أو مايقولونه عن أنفسهم وعن أتجاهاتهم وتصوراتهم مفيد وهام.

فمن خلال التربية والخبرة يتعلم النـاس أستعمال أدوات المنطـق أو التفكير المنطقي، فيشـكلون الفروض ويختبرونهـا ويقومـون بعمليـات التمـايز والتعقـل لحـل المشكلات بطريقة واقعية.

إذن فالعلاج المعرفي لايحتاج اللاشـعور، لأن المشـكلات النفسـية قـد تحـدث نتيجة للعمليات الموقفيـة مثـل الـتعلم الخـاطئ، وعمـل الأسـتنتاجات غـير الصـحيحة على أسـاس من المعلومات غير الصائبة.

فضلاً عن ذلك فأن التفكير يمكن أن يكون غير واقعي بسبب أنه مشتق من مقدمات خاطئة. فالعلاج المعرفي يساعد المرضى علـى أسـتخدام الطـرق العلميـة لحل المشكلات.

كذلك

أن ردود الفعـل الأنفعاليــة ليســت أســتجابات مباشــرة أو آليــة للمــثيرات الخارجيـة، إذ إن المـثيرات الخارجيـة تجـري معالجتهـا وتفسـيرها بواسـطة النظـام المعرفي الداخلي للفرد، والتناقص الرئيسي بين النظام الداخلي والمثيرات الخارجية قد تؤدي الى إضطرابات نفسية.

وكذلك

ينفعل الناس للأحداث تبعاً للمعاني التي يسبغونها على هذه الأحداث والتفسيرات الشخصية لأي حدث يمكن أن تؤدي الى إستجابات إنفعالية مختلفة للفرد الواحد في المواقف والأوقات المختلفة.

فالحزن يحدث نتيجة لأدراك أن شيئاً ما ذا قيمة للفرد قد فقد. وإدراك أو توقع كسب معين يؤدي الى المشاعر المرضية الخادعة أو التفاؤل أو الى الإثارة الأنفعالية.

والتهديد للذات بدنياً ونفسياً – أو التهديد بفقد شيء عزيز أوهام – يؤدي الى القلق. والغضب ينشأ من خرق القيم والقوانين والمعايير التي يؤمن بها الفرد.

وتحدث الأضطرابات الأنفعالية حسب رأي بيك نتيجة لأضطرابات في التفكير والذي ينتج عنه تشوش الفكر وظهور الأفكار الأوتوماتيكية أو التلقائية والتي تأخذ أشكالاً متعددة منها:

1. **الشخصية** Personalization

وهي تفسير كل الأحداث من وجهة نظر الشخصية للمرضى وتحل وجهات النظر الذاتية هذه على الأحكام الموضوعية.

2. **التفكير المستقطب** Polarized Thinking

وهي التفكير بصورة متطرفة، وفي عبارات صارمة ويصدرون أحكاماً قصوى ويرتبط بهذه الخاصية الشرود في التفكير، والتعسف في الأستنتاج والمبالغة في التعميم.

3. **قانون القواعد** Law of Rules

يستجيب المرضى للمواقف بصورة مطردة أو متجانسة، ولكن الأنتظام في رد الفعل الحاد لديهم عما عليه الأشخاص الأسوياء، وعندما يصبح رد الفعل غير

مشروط أو غير خاضع لقانون أو خيط فأن كل إضطراب يكون مستقلاً عن الأضطرابات الأخرى، ويخضع لمجموعة من القواعد الخاصة به.

مبادئ العلاج المعرفي

- العلاج المعرفي: هو إستخدام أساليب التفكير العام التي تستخدم في الحياة العادية، وهو ملائم لمن لديهم القدرة على الأستيطان وإعادة النظر والتأمل، ومن ثم يقدرون على التفكير المناسب، بعيداً عن التفكير الذي يسبب المشكلات، والتخلص من الإدراك العشوائي ومن ردود الأفعال الأنفعالية نتيجة التفكير الخاطيء. لذا يمكن تهدئتها بواسطة تصحيح التفكير.
- ضرورة التمتع بالتفكير المنطقي فقد لاتكون الحقيقة مشوهة ولكن التفكير مبني على مقدمات خاطئة أو ينطوي على إستنتاجات غير صحيحة أو مبالغة في التعميم.
- ضرورة المشاركة العلاجية.. ويكون التأكيد على حل المشكلة وليس على تعبير خصائص الشخص وأن يتصف المعالج بالدفء والتقبل والفهم.
- ضرورة بناء الثقة والأبتعاد عن التسلط من جانب المعالج كأن يقول المعالج للمريض "إن لديك أفكاراً معينة هي التي تحزنك أو تسبب لك المشكلة، دعنا نفحصها قد تكون صحيحة وقد تكون خاطئة ".
- ضرورة تخفيف المشكلات وذلك من خلال التعرف عليها أولاً ثم التركيز على عناصرها وتحديد أعراضها والتأكيد عليها.

تقنيات العلاج المعرفي

وفيه على المريض أن يدرك:

1 - إن إدراكه للواقع والحقيقة ليس دائماً كالواقع والحقيقة بالفعل.

2 - أن تفسيراته للمدخلات الحسية معرضة للخطأ.

3 - قد يكون تقديره للواقع والحقيقة خاطئاً بسبب نماذج التفكير غير الواقعية.

وهناك عدد من الأساليب التي تستخدم خلال هذا الأتجاه العلاجي وهي:-

1. **رصد عملية التفكير غير السوية** Recognizing Maladaptive Ideation

إن مصطلح التفكير غير التكيفي Maladaptive Thoughts يستخدم ليدل على التفكير التخيلي والذي يعرقل القدرة على التعامل مع خبرات الحياة بكفاءة، وتشوش بغير داع الراحة أو الأستقرار الداخلي وتؤدي الى ردود فعل إنفعالية شديدة مؤلمة وغير ملائمة.

2. **ملء الفراغ** Filling in the Blank

عندما يسجل المرضى الأحداث وردود أفعالهم حيالها، يوجد عادة فراغ بين المثير والأستجابة، واجب المعالج هو أن يملأه بفكرة صحيحة.

3. **التبعيد والتركيز** Distancing and Centering

إن عملية رصد التفكير الآلي ليس حقيقة ولاواقعاً، وليس موضع ثقة، وأنه تفكير غير توافقي وغير سوي وأنه يشتمل على إحداث محقرة للذات.

4. **توثيق الإستنتاجات** Authenticating Conclusions

مع أن المرضى قد يكونون قادرين على التمييز بين العمليات العقلية الداخلية والمثيرات الخارجية، ألا أنهم يجب أن يتعلموا طرق وأساليب الحصول على المعلومات الدقيقة، وذلك يتضمن معرفة أن الفرض ليس حقيقة وأن الإستنتاج ليس حقيقة واقعة.

ويساعد المعالج على تمحيص إستنتاجاتهم وإختبارها بمحك الواقع والحقيقة، مستخدماً قواعد الدليل والبرهان العلمي.

5. تغيير القواعد Changing the Rules

يقع سوء التوافق عندما تستخدم القواعد غير الواقعية والأحكام المطلقة إستخداماً تعسفياً أو غير ملائم ويحاول اعلاج إستبدال تلك القواعد والأحكام بأخرى أكثر واقعية وأقرب الى التوافق، وتركز القواعد والأحكام غالباً على الخطر بدلاً من الأمان وعلى الألم بدلاً من السرور.

وتتصل القواعد المطلقة بالواجبات Shoulds التي تنفذ عملياً وهذه الواجبات هي:

1 - يجب أن يكون كريماً، مراعياً لمشاعر الآخرين، شجاعاً.
2 - يجب أن يكون قادراً على الصمود، وأن أحتمل الأعباء الشاقة.
3 - يجب أن يكون قادراً على حل أي مشكلة.
4 - يجب أن يكون عارفاً وفاهماً كل شيء.
5 - يجب أن لا أتعب أو أكل أو أشتكي من المرض.
6 - يجب أن أكون دائماً في المقدمة أو على القمة من حيث الكفاءة.

نظرية دونالد ميكينبوم في العلاج المعرفي

دونالد هربرت ميكينبوم، ولد في نيويورك عام 1940 وحصل على شهادة البكالوريوس عام 1962 والماجستير عام 1965 والدكتوراه في علم النفس الكلينيكي عام 1966.

كتب ميكينبومD.Meichenbaum مجموعة من المراجع حول الإرشاد والعلاج السلوكي المعرفي، وكذلك طريقته التي إشتهر بها: التحصين ضد الضغوط النفسية Stress Inoculation

الخلفية النظرية والتطور

لقد وضع البرت اليس نظرية في العلاج العقلي العاطفي وركز على أهمية الحديث الداخلي في تعديل السلوك، وأعتبر أن نتائج السلوك لاتكون حصيلة تفاعل مثير وإستجابة، بل أفكار مسؤولة عن حدوث النتائج.

ثم جاء ميكينبوم ليؤكد على نفس الإتجاه، حيث أشار الى أن عملية التعلم لايمكن أن تنحصر في مثير وإستجابة كما ترى المدرسة السلوكية، بل إذا أردنا تغيير سلوك فرد ما فلابد أن يتضمن ذلك معتقداته ومشاعره وأفكاره، فالأفكار هي المسؤولة عن السلوك.

وقد أشار دولارد وميللر أن التسميات واللغة والعمليات العقلية لها دور رئيس في عملية التعلم، ويشير هذا الأتجاه المعرفي الى:-

- إمكانية حدوث إستجابات مختلفة لنفس المثير.
- إمكانية حدوث إستجابات متشابهة لمثيرات مختلفة.

إذن هناك عوامل تلعب دور في الأستجابات لسلوكيات الأفراد وهي:-

التفكير – الإدراك – البناءات المعرفية – حديث الفرد الداخلي مع نفسه – كيف يعرف الأشياء.

وهذه كلها تتداخل في عملية التعلم وتتوسط بين المثير والإستجابة، ولها دور في التأثير على سلوك الفرد.

ركز ميكينبوم على الحديث الداخلي Inner – Speech أو المحادثة الداخلية Inner – Dialoge في محاولة الى تغيير التفكير والشعور والسلوك، كما إستخدم إسلوب التقليد والنمذجة لتحقيق هذه الغاية.

فكل فرد يستطيع أن يراقب نفسه، ويقيم أعماله، ويستخدم خياله لتحقيق هدف ويضع إحتمالات تفسر أسباب السلوك غير الجيد، وأن يقول عبارة أو جملة ليتكيف مع الفشل أو يتغلب على المشكلة لديه.

وقد خلص ميكينبوم الى أن التدريب على التعليمات الذاتية يمكن أن يكون فعالاً في تغيير الأنماط المعرفية.

إفتراضات النظرية ومفاهيمها

إنطلق ميكينبوم من الفرضية التي تقول:

" أن الأشياء التي يقولها الناس لأنفسهم تلعب دوراً في تحديد السلوكيات التي سيقومون بها "

" وأن الحديث الداخلي، يخلق الدافعية عند الفرد ويساعده على تصنيف مهاراته، وتوجيه تفكيره للقيام بالمهارة المطلوبة "

إن الإتجاه المعرفي يركز على كيفية تقييم الفرد لسبب إنفعاله والى طريقة عزوه لسبب هذا الإنفعال، هل هو سببه أم الآخرون ؟

ويرى ميكينبوم أن هناك هدف وراء تغيير الفرد لحواره الداخلي، وأن هناك حاجة أو هدف يرغب في تحقيقه، وكيف يقيم المثيرات، ولأي شيء يعزو أسباب سلوكه وتوقعاته عن قدرته الخاصة في معالجة الموقف الضاغط.

والبنية المعرفية هي المعاني والمفاهيم والتصورات التي تظهر مجموعة معينة من الجمل والعبارات الذاتية.

وهي الجانب التنظيمي من التفكير الذي يراقب ويوجه الطريق للأفكار ويحدد متى نقاطع أو نغير أو نوصل التفكير.

ويحدث التغيير عند إندماج الأبنية الجديدة مع القديمة حيث تستمر أجزاء من البناء القديم في الوجود مع بنية جديدة أكثر شمولاً.

وتؤكد الإستراتيجية المعرفية لميكينبوم أنه لايمكن تفسير الضغوط النفسية من دون التعرف على الطريقة التي يفكر بها الأفراد ومايحملونه من آراء وإتجاهات ومعتقدات حول أنفسهم.

وتكون مواجهة الضغوط النفسية عن طريق الوعي الأنتقائي هي تركيز الأنتباه العقلي نحو الأفكار المتوافقة، فإذا مافكر الإنسان في أحداث الحياة وأعتبرها مهددة فتسبب له ضغوط وأزمات وإذا مانظر اليها بوصفها تحدي فإن هذا كفيل بمواجهنها بأساليب تضمن له السعادة والإستقرار.

وهناك إسلوب تحصين الضغوط Stress Inoelation

الذي يقوم على مقاومة الضغوط عن طريق برنامج يعلم المسترشد كيف يواجه أو يتعامل مع المواقف المتدرجة للضغط ويشمل ثلاثة مراحل:

1 - مرحلة التعليم فيه مساعدة المسترشد النظر الى مشكلة بشكل منطقي وعقلاني.

2 - مرحلة التكرار فيه تزويد المسترشد بأساليب المواجهة المعرفية في كيفية الحصول على المعلومات والتدريب على الإسترخاء. وتتم المواجهة بأن يصبح المسترشد واعياً بالعبارات السلبية القاهرة للذات.

3 - مرحلة التدريب التطبيقي عندما يصبح المسترشد ماهراً في أساليب المواجهة المعرفية يقوم المرشد بعرض سلسلة من الضغوط المهددة - ------ فيستخدم مع المسترشد الأساليب مثل التدريب على الكلام، المناقشة، الأسترخاء، الحوار الداخلي، التعزيز، التغذية الراجعة.

أساليب إعادة البنية المعرفية

توجد مجموعة من الطرق العلاجية توضع تحت مسميات العلاج بإعادة البنية المعرفية أو العلاج بالدلالات اللفظية أو تركز هذه الطرق على تعديل تفكيرالفرد واستدلالاته وافتراضاته، والأتجاهات التي تقف وراء الجوانب المعرفية لديه وعمليات التفكير المحرفة والتي تؤدي الى رؤية معرفة للعالم والى إنفعالات غير سارة وصعوبات ومشكلات سلوكية.

وفيما يلي بعض التصورات حول الجوانب المعرفية لدى الأفراد

1) العمليات المعرفية بأعتبارها أنظمة تفكير غير عقلاني:

يظهر هذا التصور النموذج الذي وصفه اليس Ellis الذي يرى أن الأفكار غير العقلانية هي التي تؤدي الى الأضطراب الأنفعالي.

2) العمليات المعرفية بأعتبارها أنماط تفكير خاطئ:

يدخل في هذه المجموعة النموذج الذي قدم بيك Beck الذي يركز على أنماط التفكير المشوه أو المتحرف الذي يتبناه الفرد، وتشتمل التحريفات على إستنتاجات خاطئة، ومبالغات في أهمية الأحداث ودلالتها أو رؤية الأشياء على أنها أبيض وأسود، خير أو شر، صح أو خطأ دون وجود نقطة وسط، والمبالغة في التعميم من حادث مفرد.

3) الجوانب المعرفية كأدلة على القدرة على حل المشكلات ومهارات التعامل وفيه التركيز على التعرف على غياب مهارات تكيفية ومعرفية معينة وعلى تعليم الأفراد مهارات حل المشكلات عن طريق التعرف على المشكلة وتوليد البدائل كلها. وإختيار أحد هذه البدائل، ويركز معالجون آخرون ومن بينهم (ميكينبوم) على مهارات المواجهة، وفي أسلوب حل المشكلات فإن الأفراد يتعلمون كيف يواجهون ويحلون مشكلة في مواقف مستقبلية، وفي مهارات المواجهة فإنهم يتعلمون في المواقف الحقيقية للأزمة كيفية مواجهتها.

عملية العلاج Therapy Precess

وتتضمن ثلاث مراحل وهي:

المرحلة الأولى: مراقبة الذات أو الملاحظة الذاتية

الفرد قبل العلاج يكون عنده حواراً داخلياً سلبياً مع ذاته، كذلك خيالاته سلبية أما أثناء العلاج والأطلاع على مشاعره وسلوكياته الأجتماعية وأنفعالاته

وتفسيرها تتكون عند المسترشد بناءات معرفية جديدة، الأمر الذي يجعل نظراته تختلف عما كانت عليه قبل العلاج، والأفكار الجديدة تختلف عن الأفكار القديمة وتحدث عملية إحلال الأفكار الجديدة محل القديمة غير التكيفية. أن إعادة بناء تكوين المفاهيم تؤدي الى إعادة تعريف المشكلات لدى الفرد بطريقة تعطيه الثقة والتفهم والقدرة على الضبط وهذه كلها هي مستلزمات التغيير.

المرحلة الثانية: السلوكيات والأفكار غير المتكافئة

بعد عملية المراقبة الذاتية، فإن حديث الفرد الداخلي الجديد لايتناسب مع حديثه السابق المسؤول عن سلوكياته القديمة، وهذا الحديث الجديد يؤثر في الأبنية المعرفية لدى الفرد، الأمر الذي يجعله يقوم بتنظيم خبراته مع المفهوم الجديد الذي إكتسبه وجعله اكثر تكيفاً.

المرحلة الثالثة: المعرفة المرتبطة بالتغير

فيها تادية الفرد لمهمات تكيفية جديدة خلال الحياة اليومية، والتحدث مع الفرد حول نتائج هذه الأعمال، أن مايقوله الفرد لنفسه بعد عملية العلاج شيء هام وأساسي، وأن عملية العلاج تشتمل على تعلم المهارات سلوكية جديدة وحوارات داخلية جديدة وأبنية معرفية جديدة.

لذا فعملية العلاج تبدأ بتحديد السلوك القديم المراد تغييره، والحديث السالب المتعلق به، تحاول إستبداله بحديث داخلي جديد متكيف، ينتج سلوكاً متكيفاً، يؤثر في تكوين بناءات معرفية جديدة لدى الفرد بدلاً من القديمة، ومن ثم إحداث السلوك المرغوب، وتعميمه ومحاولة تثبيته.

نظرية فرض المفهوم الخاطيء

ولد فكتورتشارلس رايمي Victor Charles Raimy عام1913 وحصل على الدكتوراهعام 1943 من جامعة ولاية أوهايو، وعمل أستاذا في جامعة كولورادو رئيسا لقسم علم النفس من (1954- 1962) وخلال دراسته تتلمذ على يد

كارل روجرز، وكانت رسالته للدكتوراه عن ((مفهوم الذات كعامل في تنظيم الشخصية والإرشاد)) التي نشرت عام 1971، وإستمر موضوع مفهوم الذات محور بحوثه.

ونتيجة لإهتمام رايمي بموضوع مفهوم الذات، تطور إفتراض الخطأ في المفاهيم والأفكار والتصورات والتي تشكل معرفة الفرد لنفسه، كما وتؤثر في علاقاته مع الآخرين.

أنشأ رايميRaimyنموذج التدريب المهني العلمي وعرف العلاج النفسي بأنه (تكنيك غير محدد يستخدم مع مشكلات غير محددة ويؤدي الى نتائج لايمكن التنبؤ بها).

مفاهيم النظرية

1 - إن مفهوم الذات يقود السلوك، والمفهوم الخاطيء عن الذات يقيد السلوك بطريقة غير واقعية، وهذه المفاهيم الخاطئة تدفع الفرد الى الإنغماس في سلوكيات غير مقبولة تؤدي الى الإضطراب النفسي.

2 - إن الأفكار والمفاهيم الخاطئة موجودة لدى الأفراد ومرتبطة بمشكلاته النفسية ويمكن تغييرها في الإتجاه الأكثر صحة بحيث ينزاح سوء التوافق.

3 - تتصحح المفاهيم لدى معظم الناس عن طريق التجربة والتدريب والإتصال بالآخرين، لكن الأفراد الغير عاديين والفصاميين يتميزون بإنعزالهم عن الناس، لذا يكونوا غير متقبلين للتصحيح عن طريق التدريب أو الحوار مع الآخرين، مما يؤدي الى أن تكبت هذه المفاهيم فتصبح في مكمن لايمكن الوصول اليه، فتبقى لدى الفرد العصابي معتقدات خاطئة قوية مستمرة يصعب جدا التخلص منها.

4 - إن المفاهيم الخاطئة عن أعراض القلق تنبع من التوتر والضغط والإجهاد المستمر والخوف من التلف العقلي، وإعتقاد المرضى بأن

هنــاك القليــل الــذي يمكــن تحصــيله مــن العمــل علــى حــل هــذه المشـكلات.

5 - هنالك عـدد كبير وهائل مـن المفـاهيم الخاطئة لـدى المـريض بعضـها خطر والآخر غير خطر، وتتجمع هذه المفاهيم عادة في صوره هرمية، وحينما تعالج المفاهيم الخاطئة المركزية فان المفـاهيم الأخـرى تتغير بسهولة.

6 - الماضـي والحاضـر والمستقبل يؤخذ بنظـر الإعتبـار مـن غـير التركيـز على مرحلة معينة من حياة الحالة.

7 - هنالك مفاهيم وإعتقادات خاطئة منعزلة عن الوعي الشعوري يكبتها المـريض وتحجـب بمفـاهيم خاطئـة أخـرى تسـمى (المفـاهيم الدفاعيـة) فيقـوم المعـالج بكشـف المفـاهيم الخاطئـة الدفاعيـة بغيـة الوصـول الى المفاهيم الأكثر تهديدا والعمل على تصحيحها.

إن افـتراض الخطـأ في المفـاهيم والأفكـار والتصـورات قـد تطـور نتيجـة لإهتمام رايمي بموضوع مفهوم الذات، فقد كـان يبحـث عـن الطـرق الـتي يمكـن بهـا إسـتعمال مفهـوم الـذات في العـلاج النفسـي، ومفهـوم الـذات عنـده يتكـون مـن التصـورات والإعتقـادات الـتي تشـكل معرفـة الفـرد لنفسـه، وتـؤثر في علاقاتـه بـالآخرين، وإذا كانـت هـذه الإعتقـادات المرتبطـة بـالآخرين لاتشـمل علـى إحالـة للذات فهي مهمة في عملية التوافق للفرد.

وهناك تجمعات عديدة من المفاهيم الخاطئة توجد بصفة عامة لـدى المرضـى ومنها:

أولاُ: التجمعات التشخيصية الرئيسية Major Diagnostic Clusters

ويسهل التعـرف عليهـا لـدى العصـابيين الإكتئـابيين، والـذين لـديهم أعـراض الأوهام والعجز عن إدراك الواقعأو الحقيقة، وقد تشمل على ما يلي من المفاهيم:

1 - أنا الآن وكنت في الماضي وسأكون في المستقبل يائساً وبلا أمل.
2 - أنا الآن وكنت في الماضي وسأكون في المستقبل عاجزاً.
3 - أنا الآن وكنت في الماضي وسأكون في المستقبل لا قيمة لي.
4 - أنا مذنب ولا أمل لي والإنتحار هو الحل الوحيد.
5 - أنا فاقد لعقلي، وسوف أصبح مجنوناً.
6 - أنا لن أتماثل للشفاء أبداً.

ثانياً: تجمعات رئيسية أخرى Other -Major Clusters

وتشتمل على:

أ- الإعتقاد الخاطيء في تلف الدماغ Phrenophobia

وهو إعتقاد خاطيء مقترن بالخوف، يفيد أن هناك شيئاً غير عادي بالدماغ قد يؤدي الى الجنون، وقد لايكون هذا الإعتقاد مدرك من قبل الفرد، ويغلف بعبارات ملطفة مثل ((إنهيار عصبي)). وهذا الإعتقاد يشكل الخلفية لمعظم القلق الموجود لدى المرضى الذين يعانون من إنعزال الذات، إلا أن تجمعاً من خمسة من هذه المفاهيم تظهر:

1 - مشاعري المؤلمة من القلق والخوف تشير إلى أنني أقترب من الجنون.
2 - فشل ذاكرتي وتشوشها علامة على إنهيار عقلي.
3 - الصعوبات التي أعانيها في التركيز العقلي تدل على إضطراب عقلي أكيد.
4 - التهيج وحدة الطبع عندي علامات على إضطراب شديد في عقلي.
5 - إذا لم تؤدي هذه الأعراض إلى أن أصاب بالذهان، فعدم نومي الدائم سوف يؤدي إلى ذلك.

وغالباً ما يعتقد هؤلاء المرضى بأن هذه الأعراض مرتبطة بتلف في الدماغ، وأن هناك القليل الذي يمكن العمل على تحصيله من العمل على حل هذه المشكلات ومواجهة الواقع.

ب - الإعتقاد الخاطيء بإنه شخصية متميزة Special-person Misconception

وهو إعتقاد الفرد بأنه خاص وله ذاتية بالغة تتصف بأسماء كثيرة منها: عقدة التفوق – التكبر والعجرفة – التعصب – الغرور – الأنانية وكثير غير ذلك.

وهو منهك دائما في جعل الآخرين يعترفون بتميزه، وإذا لم ينجح في فإن مشكلات نفسية خطيرة سوف تنجم عن ذلك، وهذه المفاهيم مختلفة بإختلاف الأفراد وظهرت في ستة معتقدات مزيفة لدى المرضى وهي:

1 - يجب أن أعمل كونترولاً على الآخرين.
2 - أنا متفوق على الآخرين.
3 - يجب ألا أقبل الحلول الوسط.
4 - أنا أعاني من إحباطات أكثر من الآخرين.
5 - يجب أن أكافح حتى أصل إلى مرتبة الكمال.
6 - لا أستطيع أن أثق بالآخرين.

ويتميز أفراد هذه الفئة (المتميزون) بالإتجاه المتشكك نحو الآخرين وعدم الفهم، وقصور في التبصر في الذات.

الفنيات

هنالك عدد من الأساليب العلاجية التي تستخدم للكشف عن المفاهيم الخاطئة وهي:

التداعي الحر – الأسلوب المتمركز حول الحالة – التكنيكات الجشطالتية – تفسير الأحلام –دراسة تاريخ الحالة.

كما يتم الكشف عن المفاهيم الخاطئة بإظهار الدليلEvedanceأو ما يعني الإستبصار المفاجيء والإستبصار هو إدراك الفرد بأنه يعاني من مفهوم

خاطيء معين أو مجموعة مفاهيم خاطئة مترابطة، وهنالك أربع طرق لإظهار الدليل أمام المرضى وهي:-

1. **فحص الذات** Self – Examination

وفيه تشجيع المريض على الحديث والتفكير حول الذات والإندماج في إستكشافها..... بحيث يكتشف بنفسه المعلومات الضرورية لتحديد وتغيير واحد أو أكثر من المفاهيم الخاطئة.

أي أن يقوم المعالج بجعل المريض يصل الى الإستبصار بشكل غير مباشر مما يؤدي الى التخلص من المفاهيم الدفاعية وإدراك علاقات جديدة، وإكتشاف خصائص للذات وللآخرين لم تكتشف من قبل، وعلى المعالج أن يتجنب التدخل المبكر لأنه يؤدي الى إعتماد المريض عليه.

2. **التوضيح** Explanation

يقوم المعالج بمساعدة المريض على تحديد المفاهيم الخاطئة وقيادته نحو فحص الذات وذلك بأن يقدم المعالج للمريض المعلومات التي لايملكها أو لايعتبرها هامة عن طريق عكس المشاعر وهي .

حيلة يسلكها المعالج لتأكيد بعض المعاني التي يعبر عنها المريض، ولنقل المعلومات عن طريق تركيز إهتمام المريض أو لفت إنتباهه الى هذه المعاني، كما يعرض المعالج أسئلة لشد إهتمام المريض الى دليل قد لايكون واضحا لديه ، كما يسلك المعالج الإيحاء ليبرز الدليل مباشرة بطريقة لاتعطي المريض فرصة للشك فيه.

3. **عرض الذات** Self – Demonstration

هو الأسلوب الذي يشجع به المعالج المريض على المشاركة في موقف يستطيع فيه أن يلاحظ مفاهيمه الخاطئة، أو أن يحصل على دليل مباشر من هذه الملاحظة الذاتية.

إن عرض الذات يتضمن أمرين – المواقف الحقيقية والمتخيلة – فالمعالج يستدرج المريض الى أن يمر بنفسه بتجربة يرى فيها مفاهيمه ومعتقداته الزائفة حول ذاته أو علاقاته بالآخرين، ويقوم المعالج بتوضيح الهدف من هذا العرض بصراحة.

4. تقديم النموذج Vicarization

يتضمن هذا الإسلوب عمل نموذج يراه المرضى وهو يؤدي نشاطا معينا، ويتخيلون أنفسهم يؤدون النشاط نفسه، وخلال عملية ملاحظة أداء النموذج يصححون مفاهيمهم الخاطئة عن طريق إدراك أنها خطرة أو غير صحيحة، فالخبرة العملية قد تؤدي الى إنبهارهم ويقومون بالتصحيح أو إنهيارهم لإدراكهم عدم قدرتهم للقيام بهذا النشاط.

نقد النظرية

لقد ركزت الطرق العلاجية على العرض المعرفي، وقد لايكون هذا العرض ناجحا للأسباب الآتية:

1 - إن الإستبطان الذاتي البسيط قد لايكشف المفاهيم المركزية الخاطئة.

2 - إدراك الفرد مفاهيمه الخاطئة أكثر صعوبة من إدراكه مفاهيم الآخرين الخاطئة.

3 - المفاهيم الخاطئة المشبعة بالإنفعالات وتأثيراتها لايمكن ملاحظتها مباشرة وتؤدي الى ردود أفعال إحجامية خلال الإستبطان.

4 - ردود الأفعال الإحجامية قد تتطلب ما هو أكثر من مجرد عرض معرفي لإزاحتها أو التخلص منها، بإستخدام طرق أخرى كالإطفاء أو الإشراط المضاد وغيرها.

5 - قد لايعبر المرضى بوضوح عن مفاهيمهم الخاطئة، وقد يفشلون في تعديل مفاهيمهم خلال فحص أو إختبار الذات ويقعون نتيجة لذلك في دائرة مغلقة.

6 - هنالك مفاهيم خاطئة معقدة لدى الفرد نادرا ما تتغير بعد إختبار دليل واحد، فيحتاج الى عرض متكرر ومتنوع كالعرض اللفظي والتخيل والإندماج في تفاعلات مع الأفراد والأشياء.

نظرية العلاج الواقعي

وليم جلاسر William Glassr

ولد وليم جلاسر عام 1925 ويعد مؤسسة هذه النظرية في الارشاد والعلاج النفسي وتعد إحدى الاتجاهات الحديثة لها.

جاءت هذه النظرية نتيجة لخبرته العلمية في مؤسسة كاليفورنيا للفتيات الجانحات.

عمل جلاسر خلال الستينات في التعليم العام كمرشد، وفي ذلك الوقت طبق مفاهيمه الأساسية للعلاج بالواقع على وسائل التعليم والتعلم وكان اهتمامه يدور حول كيفية تفاعل الطلاب والمعلمين معاً، وكيف يمكن للتعلم انه يرتبط بحياة الطلبة، وكيف يمكن المدارس ان تساهم في نجاح أو فشل المتعلمين.

اصدر كتابه العلاج بالواقع عام 1965 وأنشأ معهد العلاج بالواقع عام 1968 في لوس انجلوس بأمريكا، يرى جلاسر ان الواقع يشمل الشخص والظروف التي تحيط به بعلاقة تفاعلية، وان الذين يعانون من مشكلات نفسية بصرف النظر عن العوارض التي تبرر عليهم يعانون منه علة واحدة هي (العجز عن إشباع حاجاتهم بطريقة واقعية وإنهم يسلكون سلوكاً غير واقعي وغير صحيح وغير مسؤول في محاولتهم لإشباع حاجاتهم)

والعلاج بالواقع اتجاه يعتمد على الإدراك والتفكير، ويرتبط بين الاضطرابات النفسية والسلوك اللامسؤوليركز الاتجاه الواقعي على ان لدى الإنسان حاجتين أساسيتين هما الحاجة الى ان يحب غيره، والثانية ان يحبه غيره على الرغم من ان الحاجتين منفصلتان إلا ان بينهما عناصر مشتركة، بحيث ان تحقيق احدهما يساعد على تحقيق الأخرى.

وقد حاول جلاسر جمع هاتين الحاجتين بحاجة واحدة اسماها الحاجة الى الهوية بحيث تظهر الرغبة لدى الفرد لان يكون مستقلاً وفريداً ولإفراد الذين يستطيعون تلبه حاجاتهم بطريقة طبيعية سوف تتشكل لديهم شخصية ناجحة في ميدان لإفراد الذين لا يستطيعون ستكون شخصيتهم فاشلة.

المفاهيم الرئيسية للنظرية:

1. المسؤولية Responsibility:

تعتبر المسؤولية جوهر العلاج بالواقع وقد عرفها جلاسر بأنها القدرة على تحقيق حاجات الغرد بطريقة لا تحرم الآخرين من قدرتهم على تحقيق حاجاتهم وحقوقهم، والشخص المسؤول هو شخص مستقل فريداً ولديه شعور كان بقدرته على تحديد ما يريد في الحياة ويشبع حاجاته وأهدافه بطرق مسؤولة، وجوهر العلاج بالواقع يقوم على تقبل مسؤولية من قبل الناس وتعليمهم وتقبلها وتوضح لهم بأنهم ليسوا ضحايا الظروف بل ضحايا قراراتهم وأفعالهم.

2. الحاجات الإنسانية الأساسية Basic Human Need :

هناك حاجات بيولوجية أساسية لدى الإنسان قبل الحاجة الى البقاء والتناسل والتنفس والهضم.... الخ وهذه تحدث أوتوماتيكيا وبدون تفكير واع وهناك أربعة حاجات نفسية أساسية أخرى عند الإنسان تقود الى البقاء هي:

أ. الحاجة الى الانتماء وتتضمن الحاجة الى الأصدقاء والعائلة وان يحب وان تحب.

ب. الحاجة الى القوة والتي تتضمن احترام الذات والتقدير والمنافسة أي ان يكون الإنسان مستمدا قوته من احترامه لذاته ومن تقدير الآخرين له ومن منافسة الآخرين والتفوق عليهم.

ج. الحاجة الى المنفعة وتتضمن اللعب والضحك ولاستحمام.

د. الحاجة الى حرية الاختيار أي ان يكون الفرد حراً في اختيار وتحديد مصيره. وحين يفشل الفرد في تحقيق هذه الحاجات النفسية الأساسية فانه غالباً ما يتحول الى استخدام إشكال السلبي مثل (القلق، شرب الكحول، العدوان...الخ) ويكون الهدف الرئيسي للعلاج الواقعي هو تعلم طرق أفضل لتحقيق حاجاتهم ومساعدتهم بطريقة فعالة للحصول على ما يريده من الحياة.

3. إشباع الحاجاتNeeds Fulfillment :

ينتج السلوك اللامسؤول عن عندما يفقد الناس القدرة على إشباع حاجاتهم بالطريقة الصحيحة وبالتالي فأنهم يحاولون بأقصى جهدهم لإشباع حاجاتهم بغض النظر عن نوعية السلوك الذي يختارونه وبالتالي فبعضهم سيخرج على القانون منكرين قواعد المجتمع بينما يدعى الآخرون ان الناس يتآمرون عليهم منكرين عدم احتمال حدوث مثل هذا السلوك ويختار الكثير منهم لانتماء بدلاً من مواجهة الواقع حيث كان بإمكانهم حل مشكلاتهم من خلال سلوك أكثر مسؤولية.

4. الهوية Identify:

تنتج الهوية من الطريقة التي يرى بها الفرد نفسه كإنسان بالنسبة للآخرين، فالشاخص لديهم القدرة على التأثير على بيئتهم ويستطيعون التحكم في حياتهم اما الذين يمتلكون هوية فاشلة فيرون أنفسهم غير محبوبة ولا قيمة لهم، ان تشكيل الهوية الفاشلة يحصل عادة في العمر (6.5) سنوات في الفترة التي

يدخل بها الطفل في المدرسة وقبل ذلك فان معظم الأطفال يعتبرون أنفسهم ناجحين.

5. **السلوك الحالي** Current Behavior:

يركز العلاج بالواقع على السلوك الحالي لان المرء لا يستطيع تغير السلوكيات الماضية للمسترشد حيث يكون جهداً ضائعاً التركيز على الفشل السابق للمسترشد ويركز كذلك على السلوك أكثر من الانفعالات لان السلوك هو الذي يمكن تغيره بالرغم من انه توجد علاقة بين السلوك المشاعر كما انه من اللاا للمسترشدين ضبط سلوكهم من ان يضبطوا مشاعرهم.

6. **البدائل** Alterative:

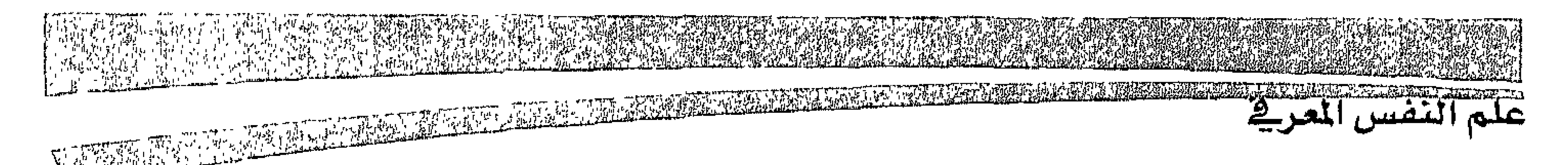
ان معظم الافراد الذين يعانون من مشاكل انفعالية يرون بدائل قابلة جداً وجزءاً من عمل المعالج هو مساعدة المسترشد هو ان يفهم ان البدائل متوفرة وان نختار اكثرها ملائمة

7. **الاستغلال الذاتي:** Individual Autonomy

يرتبط مباشرةً مع غغغ وهو القدرة على التخيلي عند دعم البيئة واستبداله بالدعم النفسي الذاتي للفرد أي قدرة الفرد على الوقوف على قدميه نفسياً أي يتحمل مسؤولياته الشخصية.

8. **القوة النمائية:** Growth Force

كل فردين يرغب بان يتمتع بهوية ناجحة وان يكون لديه علاقات شخصية جيدة وعندما يتعذر علية ذلك، علية ان يتغير هويته وتفكيره ومشاعره ويبدأ بطرف جديدة لسوكنا.



9. التعلم Learning:

ان مفاهيم التعلم محدد سلوكيات الفرد المتعلم وغير المتعلم فالإفراد يحددون ما يفعلون ما يفعلون بدرجة اكبر مما يتعلمون فعله.

10. فردية الفرد :Individual Uniqueness

ويعتبر مفهوم الفردية أساسا للواقعية ويجب ان يفهم كل فرد بانه فريد في هذا العالم ويرتبط مباشرة بهوية الناجحة عن نفسه.

11. الاندماج Inuol venent:

وهذه مهارة يجب ان توفر لدى المعالج وهي لا تطبق على علاقة المعالج مع المسترشد وإنما تعبر أساسا لنجاح العلاقات الاخرى كعلاقة الإباء مع الأبناء وعلاقة المعلمين مع الطلاب وغيرهم.

مبادئ العلاج الواقعي :-

1. الاندماج Involvement:

يقوم هذا المبدأ على فهم الواقعي، والتعامل بمسؤولية مع الفرد ويجب تفعيله مزاياه وعيوبه ومشاعره الايجابية والسلبية أي قبوله بمواقعه الحالي.

2. مواجهه السلوك الحالي Current Behavior :

هو بلاغ الفرد سلوكياته غير المسؤولة حتى يمكن دفعة للقيام بدوره أكثر مسؤولية حيث لابد من التعامل معه بفهم وإدراك واقتناع.

3. تقيم السلوك:

تركيب على المعالج ان يعلم الفرد ويساعده على تقيم سلوكه ونقد ذاته نقداً محايداً.

4. مسؤولية السلوك الموجه:

يساعد المعالج الفرد على تعلم الطرق الحديثة للتعلم وذلك من خلال توجيه الفرد في بعض المواقف التي تقبله من خلال تقديم العون المشورة له حتى يتحمل المسؤولية ويبدي تحسساً ملموساً في تناول مشكلاته.

5. التعهد:.

يقوم الفرد تعهداً الى المعالج بالكف عن السلوك غير المرغوب الذي يراه المعالج.

6. رفض الأعذار:.

وهنا يرفض المعالج ولا يتقبل الأعذار من الفرد لأنه لو تقبلها وتجاهل الواقع فانه سيجعله يشعر بتحسن مؤقت لصالح الهرب من المسؤولية.

7. تجنب العقاب:.

يجب على المعالج عدم استخدام العقاب نهائياً حتى لا يعوده المريض عند استخدام التقييم لسلوكه، وفي المقابل عليه ان يجب اذا أدى واجبه ويلتزم بتعهداته بطريقة ايجابيه.

مزايا نظرية العلاج الواقعي:.

1. اعتمادها بصورة رئيسية على المعرفة والحقيقة.
2. يمكن استعمالها في عدد من المجال ومع إعداد مختلفة من الإفراد.
3. يمكن استخدامها من قبل الاباء والمعلمين خلال وقت قصير وفعالية.
4. يمكن استخدامها لحل المشاكل التعليمية ابتدأ من الروضة وحتى المدارس الثانوية.
5. تعتبر فعالة مع الإفراد الذين صنفوا على اتهم يصعب التعامل معهم مثل البوح، المدمنين على المخدرات، الصراعات الزوجية، حالات التوتر.

دور النظرية في الإرشاد

تستهدف النظرية الى تحقيق اكبر قدر ممكن من المسؤولية عند الفرد والتي تعني إشباع الفرد حاجاته الخاصة مع السماح للآخرين بإشباع حاجاتهم كما تهدف الى تزويد الفرد بمهارات مختلفة تمكنه من التعايش لاندماج مع الاخرين ومواجهة الواقع الذي يعيشه وتهدف في خلق فرد يسيطر على ظروفه وتمليك المهارات العملية التي من شانها ان تعينه على اتخاذ القرارات وحل مشاكله المختلفة ومن ثم تعليمه الطريقة المثلى في الحياة.

يعتبر منهج جلاسر في الإرشاد العلاج النفسي منهجاً تعليمياً يؤكد على الحوار العقلاني بين المرشد والمسترشد تتعلق بحياة الحالية وميوله وسلوكياته مع التركيز على السلوكيات الصحيحة والناجحة وذلك ليتحقق المسترشد أعلى مستوى من الوعي بسلوكياته وبالتالي يمكنه ذلك من إصدار إحكام قيمة على سلوكه ومن ثم تطوير خطة تتضمن سلوكيات أكثر مسؤولية.

نظرية الكف المتبادل Reciprocal Inhibition

عند ولب

ولد جوزيف ولب سنة 1915، وتلقى تعليمه في جنوب إفريقيا، حصل على أليسانس سنة 1939 وعلى درجة M.Dسنة 1948 من جامعة وين ووستراند بجوها نسبرج جنوب أفريقا فيما عدا عام 56ـ 1965، اذ عمل زميلاً بمركز الدراسات المتقدمة في العلوم السلوكية بجامعة ستانفورد.

وخلال الفترة من 1960 ـ 1965 عمل أستاذا للبحث الإكلينيكية في الطب النفسي بكلية الطب بجامعة فرجينيا بأمريكا، وفي سنة 1995 أصبح أستاذا للطب النفسي بقسم العلوم السلوكية بإحدى الجامعات الأمريكية أرخ ولوب Wolpe طريقة في العلاج النفسي سنة 1944، وذلك حين كان يعمل ضابط طبيب في الخدمة العسكرية، وقد أدت كثر اطلاعه الى التشكك في

التحليل النفسي، ودفعة ذلك الى إجراء تجارب على القطط اذ كان يحدث لديها ردود أفعال عصابية بواسطة الصدمات الكهربائية وكان يطفئ هذه الاستجابات بواسطة الطعام الذي كان يقدمه الى القطط في كميات صغيرة تزداد بالتدرج إثناء الصدمة الكهربائية المحدثة للقلق، وبذلك يحدث الكف الشرطي للقلق.

وقد أدت هذه التجارب الى الاعتقاد بان أنواع القلق الإنساني يمكن التعامل معها عن طريق الكف المعاكس.

الخلفيات والتصورات:

كل ألوان السلوك تخضع لقانون السببية Causativeوهناك تقسيم ثلاثي للعمليات التي تؤدي الى تغير الدائم في السلوك الكائن الحي، وهي انمو Developmentوإعاقة النمو Impede Bevel Lopmentوالتعلم Learning

ويحدث التعلم اذا استثيرت الاستجابة Response بواسطة مثير معين، وكذلك اذا استطاع مثير Stimulus معين ان يحدث استجابة معينة لم يكن له القدرة على احداثها من قبل، وتقوية الربط بين المثير Stimulus والاستجابة Response تعتبر معززات Aeinforces وكلما زاد عدد المعززات، كلما ازدادت قوة الربط وكلما كان المعزز اكبر كلما كان تحقيق التوتر اكبر وأسرع، وحينما يتكرر حدوث الثير الشرطي من غير ان يصحبه أو يعقبه مباشرة المثير غير الشرطي فتتوقف الاستجابة أو تطفئ ويعني الكف المتناول Reciprocal Inhibitionإلغاء أو إبطال أو إضعاف الاستجابة القديمة بواسطة استجابة جديدة مناقضة لها.

ويصعب تلك الاستجابة المتناقضة تخفيف للتوتر الاساسي النتاج عن الجوع أو القلق أو الخوف أو نحو ذلك.

وقـد وصـف ولـب Wolpe العصـاب Neurosis بانـه سـلوك غـير متوافـق Agreement يصحبه القلق Anxiety عادة، وهـو سلوك متعلم قد تم تعليمة عـن طريق الاشراط Conditioning.

فالقلق Anxiety أو الخوف Fear كثيراً ما تتم استشارتهما ببعض المثيرات المؤلمة أو ببعض الأفكار Ideas التي اقترنت شرطياً بهذه المثيرات، كما يحدث نتيجة لصراع بتعرض له الفرد في موقف معين ثم يرتبطان شرطياً أو عن طريق التعميم بمثيرات اخرى مماثلة.

مفاهيم النظرية

1. **المثير الطبيعي** Unconditioned Stimulus

ويقصد به أي مثير فعال Effective يؤدي الى استجابة منتظمة Systematic غير متعلمة، مثلاً (في تجارب بافلون) مثير شرطي (الطعام) ← استجابة شرطية (سيلان اللعاب).

2. **الاستجابة الطبيعية أو غير شرطية** Unconditioned Response

وهي الاستجابة الطبيعة التي يحددها المثير الطبيعي.

3. **المثير الشرطي** Condditioned Simulus

وهو المثير المحايد Neutral لا يولد أو يثير وحدة استجابة طبيعية، ولكنه من خلال وجوده قبل المثير غير الشرطي أو اقترانه معه فانه قادر على إحداث الاستجابة الشرطية المتعلمة مثل:

دق الجرس ← (مثير شرطي) سيلان اللعاب (استجابة شرطية)

4. **الاستجابة الشرطية** Conditioned Response

وهي الاستجابة المتعلمة المنتظمة نسباً والتي تتكون عن طريق مثير غير شرطي.

5. التعزيز Reinforcement

تقوية الربط بين المثير والاستجابة عن طريق المكافئة المؤدية الى تخفيض وحدة التوتر.

6. الإطفاء أو الكف: Extinction

هو توقف أو إطفاء الاستجابة حينما يتكرر حدوث المثير الشرطي من غير ان يصحبه أو يعقبه مباشرة المثير غير الشرطي (التعزيز) وقد تعود الاستجابة المطفئة ثانية الى ظهور تلقائياً اذا لم يستخدم المثير لبعض الوقت ثم يستخدم ثانية.

7. الكف المتبادل Reciprocal Inhibition

وهو إلغاء أو إطفاء أو إضعاف الاستجابة القديمة بواسطة استجابة جديدة. فلا ـ الاسترخاء محل القلق.

أسس العملية الإرشادية لدى وولب

1. المعيار الرئيسي لدى وولب Wolpe للنجاح في العلاج هو تحسن العرض، ويبدو ان ولب يتفق مع ابزنك Eysenck في القول بانه لا يوجد اعصبه تختفي تحت الإعراض أو نسبها.

فالوجود هو العرض Exhibit فقط ، ويرى ان اختفاء الإعراض يصاحبه اختفاء المثيرات المسببة للقلق Anxiety أو إثارة الأفعال Emotion.

2. لا يعطي وولب أهمية للعلاقة الإرشادية Counseling Relationship بين المرشد والمسترشد بأنها نشأ آلياً هنا تكوين دافع لدى المسترشد للقيام بالاستجابة المطلوبة على الشرح والتعلم، وتوضيح أصل وطبيعة المشكلة (من خلال دراسة تاريخ الحالة المسترشد)، وتحديد أنشطة معية، والقيام بعمليات التقبل وإشاعة الاطمئنان، والتفاؤل وخلق الثقة في العلاج وتنمية الأصل في التخلص من العادات الغير مرغوب فيها.

وتشتمل أيضا على التشجيع Encouragement والتدعيم Supporting والضغط المؤدي الى الاندماج في الأنشطة العلاجية.

3. يعتمد تشخيص المشكلة على مقدمة المسترشد على وضع مدرج (هرم) لقائمة المثيرات التي يسبب القلق.
4. معرفة الاستجابة التناقضية لاستجابة القلق لدى المسترشد ثم يستخدم الكف التدرجي للقلق، بعد التحقق من حدوث الاسترخاء العضلي والفكري، وذلك عن طريق تقديم استجابة مضادة أقوى من استجابة القلق تعمل على كف الاستجابة التي يتوقع ظهورها عند تقديم إحدى مثيرات القلق، Anxiety.
5. يرى وولب كل ألوان السلوك العصابي Neurosis سواء من حيث النشأة أو التطور Development متشابه، وبالتالي ليس هناك حاجة الى تنوع العلاج Therapy، فيتم استخدام طرق ثلاثية، سيتم ذكرها لاحقاً، مع جمع الحالات، بالإضافة الى بعض الطرق المساندة.

إستراتيجيات العلاج بطريقة الكف المتبادل

ان الأسلوب المستخدم في العلاج هو، الكف المتبادل، الذي هو حقيقته إطفاء تجريبي أو إحداث اشرطا مضاد. ويمكن تحقيق ذلك بواسطة الأداء العلمي والتدريب في المواقف المثيرة للقلق على عمل بعض الاستجابات التي تعد مضادة للقلق وتؤدي الى إطفائه.

وتشتمل استراتجيات العلاج على ما يأتي:.

1. الاستجابات التأكدية الواثقة (تأكيد الذات) Reciprocal Inhibition.
2. الاستجابة الجنسية Sexual Responses.
3. استجابة الاسترخاء Relaxation Responses.

ويعد اختيار نوع الاستجابة على طبيعة المثيرات التي تحدث القلق والتي حصل عليها المرشد من دراسة تاريخ حالة المسترشد.

وقبل ان يدخل المرشد في عملية العلاج، عليه ان يهيئ المسترشد للنظرية التي يعتقنها المرشد والأسلوب العلاجي. وذلك بان يقوم المرشد بتوضيح مشكلة المسترشد كان يقول له مشكلتك اساسها، هو ان ردود فعلك تتسم غالباً بالخوف الشديد ويشرح له الفرق بين الخوف الطبيعي والخوف غير الطبيعي، أي الخوف الذي يكون من المواقف التي لا تستدعي الخوف، ويوضح له ايضاً خبراته التي ادت الى هذه المشكلة Problemويوضح له ايضاً بان قطع هذه العادات السلوكية أو المخاوف غير الطبيعية سوف يمارس عملياً، إثناء بعض المواقف اليومية والتي سوف يتدرب عليها في المقابلات العلاجية أو الارشادية، وان خلاصة هذه الطريقة هي مقاومة القلق باستجابات انفعالية أخرى مضادة لها ويتم ذلك عن طريقنزع الحساسية التدريجية ويبدأ العلاج بمقابلات التعرف على تاريخ الحالة وليس هنالك اهتمام كبير بالبحث عن اصل الاضطراب، ومن الضروري هنا تحديد المثيرات Stimulus's التي يمكن ان تساعد على إزالة الاستجابات العصابية Neurosis Rosponses وكذلك من الضروري الى ردود الأفعال العصابية . ويبدي المسترشد التفهم لما يستوعبه، وقد يستغرق جمع المعلومات وقتاً يصل الى (12 مقابلة) تقريباً.

وفيما يأتي الطرق الإرشادية والعلاجية الثلاثة كما أوردها وولب Wolpe :

أ. الاستجابات التصريحية الواثقة (تأكيد الذات) يستخدم هذه الطريقة بصفة عامة مع القلق Anxiety الذي يثير التفاعل اليومي المباشر بين الأشخاص.

وتشير الاستجابات التوكيدية الى القدرة على التغيير الخارجي عن المشاعر الايجابية بالإضافة الى المسالك السلبية بصورها المختلفة، فهو بذلك يشير ليس فقط الى السلوك الغاضب ولكنه أيضا الى التغيير عن الصداقة والمحبة.

وعظـم أنـواع السـلوك التصـريحي المسـتخدم في الرشـاد النفسـي Posychological counseling سلوك تنفيسي عن الغضب Anger وتفيد في إزالة قلق Anxiety سوء التوافق الذي يستشار في المسترشد خلال التعامل مع الآخرين بصورة مباشرة.

فالشخص الذي يشعر بانه أمين مشاعره من إفراد أسرته يسبب له القلق.

فيحاول المرشد ان ي لديه الواقع الى السلوك التصريحي في المواقف الأقل صعوبة، وبذلك الكف الشرطي لما يعنيه من خلق.

ب. الاستجابة الجنسية: عندما ترتبط استجابات القلق أو الخوف بمواقف جنسية أو بأشخاص معينين من الجنس الأخر، فانه يطلب من المسترشد ان يقصد نشاطه، على أشخاص تكون لديه مشاعر سارة نحوهم، وهنا يستشار القلق لدى المسترشد بمثيرات أخرى تبعده عن الضغط النفسي لان ذلك يرجع الى القلق أو الخوف الذي يطغى على الاستجابة الجنسية ويتم ذلك عن طريق نزع الحساسية.

ج. استجابات الاسترخاء: تستخدم استجابات الاسترخاء مع جميع أنواع القلق، ولكنها قد تفيد بصفة خاصة بمواقف الإثارة الانفعالية Emotional التي تعرقل مباشرة أي عمل، ويمكن استخدام الأساليب التي طورها جاكسوبن Jacobson في هذا الصدد إذ يقوم ت على ممارسة الاسترخاء وتحقيقه في كل عضلة من العضلات.

وفي هذه الإستراتيجية يعرف المسترشد ان الاسترخاء يناقض القلق مباشرة، ويطلب من ان يمارس بين الجلسات وبتدريب علية بشكل جيد وبالقدر الكافي ليعمه الى المواقف الطبيعية التي ستشير القلق لديه.

ومن أساليب الاسترخاء م يأتي:

1. **نزع الحساسية التدريجيين على أساس الاسترخاء Desensitization** وفي هذا الأسلوب يطلب المرشد من المسترشد بإعداد هرمبالمواقف التي تستثير القلق أو الخوف، متدرجة من الأقل الى الأكثر الى الأكثر شدة على أساس تاريخ الحالة وعلى ضوء درجات المسترشد على قائمة ويلوبي Willoughby.

وتتضمن الجلسة الأولى تنويم المسترشد على أريكة مريحة ثم يطلب منه ان يتخيل المناظر الهرمية المتدرجة المواقف التي تم أعدادها مسبقاً، ويبدأ في تخيل المواقف الأقل اضطراباً. ويطلب منه رفع يده عندما يكون الموقف مؤلماً، وفي الجلسات التالية تستحضر المناظر الحقيقية أكثر من مرة بالتبادل مع الاسترخاء الكامل حتى يصبح تخيل المناظر غير مثير الاضطراب، وبذلك تصميم المناظر الأكثر إثارة للقلق اقل إثارة بحيث يمكن تخيلها واستحضارها وتحقيق المزيد من نزع الحساسية وتحقيق القلق.

فالمرشد الذي لا يستطيع تخيل المواقف أو لا يبدي ردود أفعال انفعالية مضطربة إثناء العلاج عند تخيل المواقف التي تسبب له الاضطراب في الحياة اليومية العادية فيمكن ان يستفيد من التغيير اللفظي عن المناظر، وفي بعض الحالات تستخدم الاستجابات التدرجية لموقف القلق الحقيقية بنجاح

2. **استجابات التنفس:** وجد وولب Wolpe ان القلق الذي عولج بتنفس مزيج معين يحتوي على 70٪ من الكربون و30٪ من الأوكسجين، وجد ان هذه قد أعطيت مقبولة من ستة عشرة حالة ممن بين عشرين تقدموا للعلاج ويرجع وولب هذه النتيجة الى الاسترخاء الكامل للعضلات بسبب الدرجة الفعالية من الكربون المركز.

3. **الاشراط المباشر:** وفي هذا الأسلوب يتم تشريط كلمة اهدأ التي يصاحبها استرخاء ويبين القلق، وبعد ان يتم الربط بين الكلمة وبين تخفيف الصدمة وتوقفها، تستخدم الكلمة وحدها لتحقيق القلق عند

مواجهته الانتقادات المواجه الى نظرية الكف المتبادل:

1. لا يمكن استخدام طريقة الكفة المتبادل للمشكلات المعنوية، كمشكلات الأهداف أو الطموحات والمخاوف.. الخ فالكثير منها ليست ذات إعراض اذ تتصل بالأنظمة المعنوية.
2. لا يؤكد ولب على العلاقة بين المرشد والمسترشد في حين ان العنصر الفعال الذي ادى الى نجاح العلاقة في الحقيقة يعود الى العلاقة الارشادية فمن خلالها يرغب المرشد في مساعدة المسترشد ويستخدم الطرق التي يعتقد بقوة فعاليتها ويوجه المسترشد الى الاعتقاد بها.
3. ان مفهوم الكف المتبادل لم ياتي بتحديد نظرية ولبي لانه استخدم الاسلوب الاطفاء.
4. اسرف وولبي في تبسيط علاج مشكلات عصابية معقدة وقد اعتمد في ابحاثه على تعديل وعلاج المخاوف المرضية عند الحيوانات ونقل هذا الاسلوب للافراد الذين هم عدا شعورهم بالقلق والمخاوف اسوياء. ثم ان وولبي اعتبر المخاوف عند الحيوانات مرادفه تماما للعصاب ومن المفروض ان المخاوف لدى الحيونات هي عبارة عن مخاوف شرطية بينما العصاب ينطوي على مخاوف متداخلة نفسية وعميقة،

استخدامات النظرية في مجال التربية

1. يمكن الافادة من نظرية الكف المتبادل في تعلم معارف صحيحة واحلالها محل المعارف القديمة الخاطئة.
2. يمكننا كف سلوكات صفية غير مرغوبة وتعلم سلوكات مرغوبة.

□

نظرية فستنجر The cognitive Dissonance Festinger theory

حياته

ولد فستنجر في روسيا في 8 آذار 1919، وكان والده من اليهود الذين هاجروا من شرقأوربا في السنوات التي سبقت نشوب الحرب العالمية الأولى، وقد ترك روسيا بعد ذلك، وأصيب ليون فستنجر في عام 1988 بالسرطان، و كان يتعامل مع مرضه وكأنه مشكلة من مشاكل البحث، وخلال فترة إصابته تحدث مع الأخصائيين وعرف آثار المعالجة الجانبيةالممكن حدوثها، ففض النزاعات وقرر ان لا يُعالَج حتى يموت (حالة تنافر معرفي بين تقبل المرض ويبقى دون علاج، وبين ان يُعالِج نفسه ويتقبل الأضرار الجانبية)، وماهي الا أشهر قليلة حتى توفي في 11 شباط 1989.

بعض من أفكار وآراء من فستنجر

توجد تجربة في علم النفس يمكننا أداؤها في المنزل، إذ كان لدينا طفل عمره ثلاث أوأربع سنوات، ونقوم بشراء لعبتين على ان نكون متأكدين ان اللعبتين سيكون فيهما الإغراءالكافي للطفل، وعندما نعرض اللعبتين عليه نقول له (هنا لعبتان جميلتان، هذه لك لتحتفظ بها

أما الأخرى فعلي ان أعيدها للمتجر) (أعطي الطفل لعبته التي سوف يحتفظ بها واسأله {أي اللعبتين أحبُ إليك؟})، لقد بينت الدراسات ان معظم الأطفال في مثل هذا الموقف يقولون إنهم يفضلون اللعبة التي سوف يحتفظون بها، بيد ان استجابة هؤلاء الأطفال تناقض القول الانكليزي القديم (ان العشب دائما أكثر اخضراراً على الجانب الأخر من السور)، فهليستجيب الكبار بنفس الشكل في ظروف مماثلة، أم ان المثل المذكور يصبح الاصوب كلما كبرنا؟ ان لهذا السؤال أهميته الكبرى لان عالم الكبار مليء بالاختيارات والخطط البديلة،والتي غالباً ما تتساوى في جاذبيتها.

ان السلوك يمكن تفسيره في ضوء نظرية تتعلق بالتنافر المعرفي، وتركز هذه النظرية حول فكرة ان الفرد إذا كان يعرف عدة أشياء لا تتوافق نفسياً مع بعضها البعض فأنه يحاول بطرق مختلفة ان يجعلها أكثر توافقاً، فإذا كان هنالك عنصران من المعلومات لا يتوافقان مع بعضهما نفسياً، يقال إنهما في علاقة تنافر مع بعضهما، وقد تكون عناصر المعلومات عن السلوك او الرأي او أشياء في البيئة او ما إلى ذلك، ولفظة معرفي، في جزء منها هو تناول العلاقات بين عناصر المعلومات، ومن الممكن تغيير مثل هذه العناصر، ويتمكن الفرد من تغيير آرائه، ويتمكن من تغيير سلوكه، مغيراً بذلك معلوماته عنه، بل انه يتمكن من تحريف إدراكه للعالم حوله ومعلوماته عنه.

طبيعة التنافر المعرفي

ان ما تعنيه كلمة معرفي(cognitive) في جزء منها هي العلاقات بين عناصر المعلومات المعرفية التي تشمل (الأفكار والآراء والمدركات والمفاهيم والمعتقدات والتوقعات و، المعلومات)، أما التنافر(Dissonance) فيعني عدم الانسجام او تضارب او تنافر عناصر المعلومات المعرفية التي تشمل (الأفكار والآراء والمدركات والمفاهيم والمعتقدات والتوقعات والمعلومات)، وهي حالة مؤذية يحاول الفرد فيها إيجاد طريقة لحل هذا التنافر، ويُعرف التنافر المعرفي بأنه قلق نفسي وتوتر سببه عدم الثبات على فكرة من فكرتين او أكثر متضاربة فيما بينها (فكرة، رأي، فعل) يقدم حافزاً للعمل بالأسهل من اجل استعادة الانسجام المعرفي بين الأفكار، وعادة ما نقوم بالتغيير دون حتى ان ندرك بأننا قمنا بذلك.

التنافر المعرفي والدافعية

التنافر المعرفي هو حالة من حالات الدافعية، إذ يدفع التنافر بالفرد الى تغيير آراءه او سلوكه، وليس من السهل ان نخفف دائما من حدة التنافر، وقد يكون من الصعب بل من المستحيل أحيانا ان نغير السلوك في علاقة التنافر

وتوجد بالتالي ظروف قد يستمر فيها التنافر بقدر لاباس به ولفترات طويلة ولفهم التنافر المعرفي كحالة من حالات الدافعية، يجب ان تكون لدينا فكرة عن الظروف المؤدية اليه

أما فيما يخص اتخاذ القرار، فان فستنجر يرى ان الصراع لا ينتهي باتخاذ القرار، بل انه يبدأ باتخاذ القرار، فالفرد يواجه موقفا صراعياً نتيجة التعارض بين العناصر المعرفية الأولى والعناصر المعرفية الجديدة، وهذ الموقف المتصارع قد يكون بين بدائل متعددة تملئ على الفرد اتخاذ قرار بين بديلين سلبيين تماماً او بين بديلين لكل منهما نواحٍ ايجابية وسلبية او قرار يشتمل على بدائل متعددة، وان اختيار البديل في كل حالة من هذه الحالات ينشأ عنه علاقة متنافرة بين العنصر المعرفي البديل المختار وبعض جوانب البديل المرفوض.

ويلجأ الفرد لفض هذا الصراع او تخفيف القلق الى بعض العمليات النفسية بهدف تعزيز صحة القرار المتخذ، فقد يبالغ في قيمة المعلومات لديه او يشكك في المعلومات الجديدة، وإذالم ينجح في خفض الصراع، يضطر الفرد الى إلغاء قراره، وإذا تم اتخاذ قرار لإلغاء القرار السابق فسيكون الفرد من تنافر مابعد القرار لأخر .

افترض فستنجر ان الفرد عندما يعاني من معارف متضارية (متنافرة) فان ثمة حالة توترنفسي وقلق ينتج نتيجة ذلك، تدفع الفرد الى ان يعمل جاهداً لكي يقللها، فقد حاول فستنجر ان يبرهن ان الشخص الذي يكون اتجاهين متضاربين يتطلب منه ان يأخذ بأحد الاتجاهين وسوف يكون اقل احتمالا ان يتحمل تغير الموقف إذا ما اتخذ القرار بملء إرادته أكثر مما لو فرض عليه من مصدر خارجي لاتخاذ قراره، ان صراع اتخاذ القرار الذي يتخذه الفرد بنفسه، قد يستغرق وقتا أطول مما لو أُجْبِر عليه من مصدر خارجي.

ويرى فستنجر ان الافراد بطبيعتهم ميالون للاتساق بين معتقداتهم وسلوكهم، وان التناسق بين العناصر المعرفية هو سيكولوجي أكثر مما يكون منطقي، فكل ما يبدو متسقاً من العناصر المعرفية في ذهن الفرد يمثل انسجاماً

وان كل ما لا يمثل ذلك يمثل تنافراً، وقد حدد فستنجر العلاقة بين هذه العناصر بما يأتي:-

- ❖ **علاقة ذات صلة Relevance وهي نوعان:-**

  - o علاقة انسجام (Consonant) وهي ان احد العنصرين او الفكرتين يتضمن شيئاً عن الآخر، بمعنى ان الفكرة الأولى تدل ضمنياً عن الفكرة الثانية.
  - o علاقة تنافر (Dissonance) وتنشأ هذه العلاقة على أساس نقيض احد العناصر ناجم عن الأخر عند تأملها لوحدها بمعنى ان الفرد يحمل فكرتين احدهما نقيض الأخرى.

- ❖ **علاقة لا صلة (irrelevance)وتعني ان احد العناصر لا يتضمن شيئاً عن الآخر.**

وقد قام الباحث باستثمار هذه العلاقة بين تلك العناصر السابقة في بناء بدائل المواقف في المقاييس الثلاثة (قاق التفاوض- القابلية للاستهواء- جودة القرار)، فكانت احدها منسجمة بينما الأخرى متنافرة وأخرى لاصلة لها.

ويلخص فستنجر التنافر المعرفي بالمعادلة التالية:-

$$\text{التنافر} = \frac{\text{الأهمية} \times \text{عدد المعارف المتنافرة}}{\text{الأهمية} \times \text{عدد المعارف المنسجمة}}$$

أي ان التنافر يزداد بزيادة عدد المعارف المتنافرة وأهميتها، ويقل بزيادة عدد المعارف المنسجمة وأهميتها (Festinger,1962,p.12-14).

ولكن ما الذي يحدث بوجود التنافر او عدم الاتساق بين العمليات المعرفية؟ وما التأثيرالذي يقع على الفرد ؟ ذلك ما أثاره فستنجر في بحوثه، فأعلن عن فرضيتين أساسيتين هما:-

❖ ان حدوث التنافر المعرفي يبعث على حالة من عدم الارتياح النفسي تدفع الفرد إلى محاولة خفضه، وصولا الى حالة الاتساق.

❖ وبهدف الوصول الى حالة الاتساق، فان الأمر يقتضي تجنب المواقف او المعلومات التي من شأنها أن تستثير التنافر.

والواضح من هذه الفرضيات، ان التنافر المعرفي حالة نفسية غير مريحة وغير سارة تبعث على القلق، تستثار عندما يتعرض الفرد الى مواقف (تفاوضية) اومعلومات تتعارض مع معتقداته، مما يؤدي الى عدم الاتساق في جوانبه المعرفية او ان هذه المواقف والمعلوماتتجعل معارفه في حالة تناقض او تعارض وقد يفضي ذلك الى عدم الاتساق، وكما ورد على لسان فستنجر(1967) حول المواقف او المعلومات التي تستثير التنافر، وكان من أبرزها:-

❖ يحدث التنافر عندما لا يكون ثمة اتساق بين الجوانب المعرفية للفرد او بين معارفه ومعتقداته.

❖ يحدث التنافر عندما نتصرف بطريقة تتعارض مع الأعراف الثقافية، وبطبيعة الحال ان التطابق مع الأعراف الثقافية يشعر الفرد بالارتياح وينأى به عن الإحساس بالتنافر.

مضامين النظرية وتطبيقاتها

ناقش فستنجر أربعة موضوعات كان يرى ان التنافر يلعب فيها دوراً هاماً وهي:-

1- اتخاذ القرار والنتائج اللاحقة لاتخاذه.

ويرى فستنجر Festinger الذي ربط بين عملية اتخاذ القرار والتنافر المعرفي، ونعني بالتنافر المعرفي حالة من التعارض او التناقض بين ما يعتقد به الفرد وبين ما يقوم به منسلوك، ، ان التنافر هو نتيجة لاتخاذ قرار يمكن تجنبه، على أساس فكرة ان الفرد يقوم في مرحلة ما قبل القرار باختيار بديل من جملة بدائل مقترحة، وفي مرحلة

ما بعد القرار تبرز بعض الجوانب الايجابية للبديل المرفوض، والجوانب السلبية للبديل المختار، فتنشأ عن ذلك حالة من التنافر المعرفي تتمثل بمشاعر التوتر والضيق والقلق، ومن اجل خفض حالة التوتر والقلق الناجمة عن التنافر، فان الفرد يسعى للحصول على اكبر كمية من المعلومات والآراء التي تعزز وتؤكد صحة اختياره من ناحية وتقلل جاذبية وأهمية البديل المرفوض من ناحية أخرى.

2- الإذعان او الخضوع او الانصياع.

هنا يضطر الفرد بفعل الضغوط الى الموافقة على أمور لا تتفق مع مواقفه، وهنا يحصل تعارض بين ما يُطلب من الفرد وبين ما يعتقد بما عليه ان يفعله، إذ توصلفستنجر الى ان الدافع لتقييم الآراء والقابليات يؤدي بالفرد الى ان يعاني ضغطاً للاتساق او للانصياع مع الآخرين، وبهذا فأن الضغط للانصياع يقلل من التناقض او التنافر المعرفي ما بين الفرد المفاوض والطرف المفاوض الآخر، وهذا الضغط يظهر بشكل واضح عندما يميل الفرد الى تغيير آراءه او عندما تزداد الجهود لتغيير أراء الآخر، وأوضح فستنجر ان تغيير أراء الأفراد في الجماعات المتماسكة يكون اقل من الأفراد في الجماعات غير المتماسكة، ووجد ورشل وميكورميك (1983) Worchel&McCormec ان الأفراد الواثقين من أرائهم يكونون اقل حاجة للمعلومات عن أراء الآخرين مقارنة بحاجة الفرد ذي الثقة الواطئة (Tedeschi&linskold,1983,p.450)، وان الأفراد يميلون الى تقييم أرائهم واتجاهاتهم ومعتقداتهم في حالة شعورهم بان آراءهممهددة او غير مسندة مما يؤدي الي شعورهم بالقلق (قلق التفاوض) ولأجل تخفيفه ينصاع الفرد للآخرين (يحدث استهواء للفرد من قبل الآخرين)، وهذا ما نراه في العملية التفاوضية، إذ ان الفرد في الموقف التفاوضي قد تكون لديه معلومات متناقضة (سواء كان التناقض في أفكاره، او بينه وبين الطرف الآخر المفاوض) كل منها يملك القوة والتأثير والإقناع، الأمر الذي يولد صراعاً داخل الفرد يظل قائماً حتى يصل الى حالة من التوافق بين الفكرتين او تغليب احدهما على الآخر.

3- الإقبال الإرادي وغير الإرادي على المعلومات.

يرى فستنجر ان الفرد يسعى وبشكل اختياري للبحث والتحري عن المعلومات التي تؤدي به الى الاتساق مع اختياراته وتجنب المعلومات التي تؤدي به الى التنافر، وقد افترض فستنجر ان البحث عن المعلومات يرتبط بقوة التنافر، فالفرد لن يبحث عن معلومات او يتجنبها إذا كان التنافر قليلا أما إذا كان التنافر معتدلاً فسيقود الفرد الى أقصى درجات البحث عن المعلوماتاو السعي الى تجنبها، أما إذا كان التنافر مرتفعاً فسيقود الفرد إلى خفض مستوى البحث عن المعلومات، ويكون حينئذٍ مدفوعا الى تغيير بعض نواحي الموقف لخفض التنافر، أما في حالة تعرض الفرد غير الإداري على المعلومات المثيرة للتنافر المعرفي فإن الفرد يعمل على خفض التنافر بالطرق الاعتيادية وفي حالة عدم قدرته على ذلك فإن الفرد يقيم عمليات دفاعية تمنع المعلومات المثيرة للتنافر من أن تصبح راسخة.

4- الدعم الاجتماعي.

يرى فستنجر ان الجماعة التي ينتمي إليها الفرد ممكن أن تكون مصدر التنافر وخفضه في الوقت نفسه.

ويعود السبب في ذلك الى اننا نكتسب أفكارنا ومعتقداتنا من الأفراد الآخرين ونحافظ عليها في الغالب بسبب الدعم لتلك المعتقدات ولكن أحياناً نتمسك بآراء ومعتقدات تختلف عن أراء ومعتقدات الآخرين ومن هنا ينشأ التنافر لأنه لا يبقى مجالاً للدعم الجماعي.

وأسفرت نتائج وأبحاث فستنجر وآخرين في هذا المجال، عن ان تغير المعتقدات والآراء في المجموعات ذات الاستهواء العالي، أكثر مما في المجموعات ذات الاستهواء الواطئ.

ويرى فستنجر ان هنالك عدة طرق لخفض التنافر المتولد اجتماعياً هي:-

- تغيير رأي الفرد الخاص لينسجم مع رأي الآخرين.

- ❖ تغيير رأي الآخرين ليتطابق مع رأي الفرد.
- ❖ إقناع الفرد بأن أولئك الذين يختلفون معه هم أناس يختلفون عنه في بعض الأبعاد بحيث لا توجد وجهة للمقارنة بين وجهتي النظر.

كما ويشير فستنجر الى ان من الصعوبة ان يتمسك الفرد بفكرة او رأي يختلف اختلافا كبيراً عن رأي الآخرين الذين ينتمي إليهم، وهنا سيكون الضغط قويا لتغيير رأيه محاولة منهلخفض التنافر .

نظرية بياجيه TheoryPiaget

ولد جان بياجيه في9 آب من عام، 1896 في مدينة جنيف / سويسرا، وتوفى في 16 أيلول 1980. ولد في ظل ثقافة غربية متقدمة فيها حضارة وأعراف وتقدم علمي مقارنة بالمناطق الأخرى في العالم. نشرت له أول مقالة علمية في علم الأحياء في سن العاشرة، والتقى بالفيلسوف كورنت عام 1914وهو في سن الثامنة عشرة ونتيجة تفاعله مع كورنت تطور لديه سؤالان سعى للإجابة عنهما في أعماله المختلفة وهما: ما هي المعرفة ؟ كيف تكتسب المعرفة ؟ لذلك توجه بياجيه منذ الصغر إلى دراسة المعرفة، وماهيتها، أو طريقة استيعابها وتطورها.

حصل بياجيه على الدكتوراه في العلوم الطبيعية عام 1918وعمره أقل من 22 عاماً من جامعة ينوشاتل في سويسرا. وقام بعد الدكتوراه بدراسات بين عامي – 1918 1919 في التحليل النفسي ونشر أول دراسة له في علم النفس عام 1921 عن الذكاء، ثم عمل في معمل بنيه الذي كان معنياً في ذلك الوقت بتقنيين اختبارات الذكاء.

إن معظم ما نعرفه حول كيفية البناء المعرفي يعود الفضل فيه إلى العالم السويسري جان بياجيه، ويعتبر بياجيه من رواده الأوائل لما يعرف اليوم بالثورة المعرفية وما تركز عليه وهو العمليات المعرفية الداخلية مقارنة بالنظريات التقليدية في الفروع الأخرى لعلم النفس التي تركز على التأثيرات الخارجية والسلوكيات الظاهرة.

وقد استطاع بياجيه إن يقدم معظم أفكاره ودراساته حول التطور المعرفي عند الأطفال أكثر من أي عالم وباحث أخر.

إن جوهر نظرية بياجيه هو أنها تنظر إلى الفرد على أنه نشط اتجاه المعرفة، فقد أكد بياجيه إن الطفل في أثناء نموه يكون مشغولاً ببناء أبنيته المعرفية، وهو لا يعتقد بالتكوين المسبق للطفل سواء الخارجي أو الداخلي، بل يؤكد على التكوين الذي يتجاوز ما يتم بناؤه تدريجياً، فالطفل يتعلم سواء أردنا له ذلك أم لم نرد وهو يتعلم ما تسمح به أبنيته المعرفية وليس ما نريده نحن الكبار وينطوي النمو المعرفي على تكيف بيولوجي وعملية توازن بين الفرد والبيئة.

ولقد اشتهرت نظريته في النمو المعرفي والتي جعلت منه واحداً من أهم المؤثرين في علم النفس المعرفي المعاصر ووجهت العديد من الباحثين والمنظرين من بعده.

الافتراضات الأساسية لنظرية بياجيه

لقد بنى بياجيه نظريته على عدداً من الافتراضات التي تفسر النمو المعرفي لدى الأطفال ومنها:-

1. الأطفال متعلمون نشيطون ومندفعون للتعلم يرى بياجيه إن الأطفال ليسوا متلقين سلبيين للمثيرات البيئية، فالأطفال لديهم فضول طبيعي للتعرف على عالمهم ويبحثون عن المعلومات لتساعدهم في فهم وإدراك بيئتهم، فهم يختبرون الموضوعات التي تواجههم ويعالجون الأشياء ويلاحظون أثارها على أدائهم وسلوكهم.
2. يبني الأطفال المعرفة اعتماداً على خبراتهم فمعرفة الأطفال ليست محددة فقط بجمع المعلومات ولكنهم يستخدمون المعلومات ليطوروا معرفتهم بالعالم المحيط بهم. ولقد سميت نظرية بياجيه بالبنائية لأنه يفترض إن الأطفال يبنون معرفتهم حول أجسامهم من خبراتهم.

3. يتعلم الأطفال من خلال عمليتي التمثل والمواءمة ويرى بياجيه إن المخططات العقلية Schemesتتغير باستمرار وتتطور نتيجة عمليتي التمثل والمواءمة أي إدخال الخبرة الجديدة للبناء المعرفي وهذه العملية يطلق عليها بالتمثل assimilation، وإذا لم نتحقق هذه العملية فأنه يعمل على تغيير البناء المعرفي ليتناسب مع الخبرات الجديدة التي يواجهها ويطلق على هذه العملية بالمواءمة Accommodation تلعب التفاعلات مع البيئة المادية والاجتماعية دوراً كبيراً في تطور النمو المعرفي.

تعد الخبرات الجديدة شيئاً أساسياً لحدوث التعلم والنمو المعرفي،ولهذا يؤكد بياجيه على أهمية تفاعل الأطفال مع بيئتهم المادية عن طريق المعالجة الحسية، كما تلعب التفاعلات الاجتماعية دوراً مهماً في النمو المعرفي لدى الأطفال،من خلال تفاعل الأطفال مع الآخرين يدركون بأن الأفراد المختلفين يرون الأشياء بطرق مختلفة وبالتالي يرى الأطفال العالم بطريقة مختلفة.

أنواع المعرفة

يقسم باجيه المعرفة إلى نوعين:-

1- **المعرفة الشكلية** FigurativeKnowledge

وهي المعرفة التي لا تحتاج إلى عمليات عقلية معقدة ولا تحتاج بالتالي إلى تفكير مثال ذلك عندما نسمع قرع الجرس لا نجلس فترة لتعرف ماذا ستفعل ؟

2- **المعرفة المتعمقة أو الإجرائية** OperativeKnowledge

وهنا يحتاج الفرد لوقت وعمليات عقلية معقدة حتى يفسر معاني المثيرات وتحتاج إلى تنظيم العلاقات، وهنا غالباً ما تكون المثيرات مهمة أو يترتب عليها قرارات مهمة، وغالباً ما تكون جديدة، وعندها تتكرر المثيرات ويصبح لدى الفرد خبرة تتحول إلى معرفة شكلية .

نظرية برونر Bruner Theory

جيروم برونر JeromeBrunerعالم النفس الأمريكي، ولد في مدينة نيورك في 1 أكتوبر 1915 وأكمل دراسته الجامعية في جامعة ديوك حيث حصل على البكالوريوس في عام 1937 وحصل على الماجستير عام 1939، ومع بداية الحرب العالمية الثانية تحولت اهتمامات برونر إلى علم النفس الاجتماعي، وكتب أطروحة الدكتوراه من جامعة هارفرد عام 1941 بعنوان " التحليل النفسي للبث الإذاعي الدولي للأمم المتحاربة "، وعمل خبيراً في الإرشاد النفسي وشؤون الحرب النفسية في الجيش الأمريكي، ثم عمل أستاذاً لعلم النفس في جامعتي ديوك وهارفرد من عام 1952 وحتى عام 1972،وأستاذاً لعلم النفس التجريبي في جامعة اكسفورد في بريطانيا، وعمل كذلك معاون مدير مركز الدراسات المعرفية منذ عام 1961، وكان له دور فعال في تأسيس مركز الدراسات المعرفية الإبداعية، انتخب رئيساً لرابطة الطب النفسي الأمريكي خلال عام 1964 – 1965.

يعد برونر أحد علماء النفس المعرفين الذين أكدوا على فرضية الاعتماد على البيئة في التعلم وعلى الخبرات الموجهة كمدخل لتنمية المعرفة وتطويرها. ويقترن رأي برونر بآراء بياجيه في معالجته لقضية النمو المعرفي خاصة وان برونر كان ممن تأثر ببياجيه تأثراً كبيراً، وظهر ذلك في كتاباته المتعددة وأكثر ما ركز عليه برونر في نظريته في التعلم المعرفي هو البناء Structureالذي يستقبل فيه الفرد الخبرة

الافتراضات الأساسية لنظرية برونر لقد قدم برونر عدداً من المسلمات التي تسهم في تفسير تطور النمو المعرفي من وجهة نظره، ومن هذه الافتراضات ما يلي:-

1. يتم تطور المعرفة عن طريق تمثيل الطفل للخبرات الجديدة، من خلال إدماجها مع خبراته السابقة للخروج منها ببنية معرفية يستخدمها في تطوير معلومات وخبراته الأخرى.
2. يتم تطوير المعرفة من خلال عمليات هي:- اكتساب المعرفة، والاحتفاظ بها، وتمثيلها، واختبارها، واستعمالها في مواقف جديدة.

3. يستطيع الطفل تطوير مهارة التفكير في أي سن على إن تكون قد تهيأت له الخبرات بطريقة مناسبة.

4. يستخدم الإنسان كل الأشكال الثلاثة من التمثيل المعرفي (الحركي، الصوري، الرمزي)، وعلى النقيض من بياجيه، إذ يعتقد برونر أننا لا نستغني عن حاجتنا للتمثيل في الشكل الحركي والشكل الصوري لان من خلال هذين الشكلين ينبثق الشكل الرمزي للتمثيل المعرفي.

5. الاهتمام بدور اللغة في التمثيل والتعلم واعتبارها أداة التعلم التي تقدمها الثقافة والبيئة للطفل، فاللغة تزود الطفل بوسائل تشغيل المعلومات وكذلك تزوده بخبرات فردية في أشكال رمزية0

6. الأساليب التي يستخدمها الطفل ليست من ابتكاره ولكنها مجموعة من المهارات التي يحصل عليها من المؤسسات التربوية، ولذلك فأن الارتقاء المعرفي يحدث نتيجة التفاعل بين العوامل الداخلية في الفرد والعوامل الخارجية في البيئة.

7. تمر تمثيلات الفرد المعرفية بثلاث مراحل هي:- العمل والحركة، والايقونية (الصورية)، والرمزية.

8. لا يسهم التعلم الآلي في تطوير وزيادة بنى الأطفال وتمثيلاتهم المعرفية، بينما يعمل التعلم بالاستكشاف على ذلك.

9. للغة جذور مستقلة عن جذور التفكير فاللغة تنبثق من أصول بيولوجية أما التفكير فهو ناتج عن الخبرة والتعلم. ففي عمر السنة السادسة يستطيع الطفل إن يفكر بسرعة من خلال اللغة ويستخدم هذه الكلمات في حل المشكلات.

10. يختلف الرمز عن الشيء الذي يمثله (هناك فرق بين الكلمة المنطوقة أو المكتوبة وبين الشيء الذي تمثله هذه الكلمة أو تدل عليه في

الواقع) ولكن قيمة هذا الشكل الرمزي أنه يمكن للطفل من الحديث عن الأشياء في غيابها

نظرية فيجوتسكي Vygostky Theory

يعد ليف فيجوتسكي Vygotsky العالم الروسي الذي ولد في موسكو عام 1896 ، وتخرج ليفي من جامعة موسكو عام 1917 من كلية القانون ودرس معه الفلسفة وعلم النفس والأدب، وحصل على درجة الدكتوراه في سيكولوجية الفن أيضاً من جامعة موسكو، عمل مدرساً وباحثاً لعلم النفس إلا إن أعماله منعت من النشر في روسيا حتى عام 1956 لأسباب سياسية وتوفى عن عمر 37 سنة فقطلكن أفكاره عن اللغة والثقافة والنمو المعرفي كانت ناضجة جداً ، والترجمات الحديثة لأعماله تبين أنه زودنا ببديل للعديد من أفكار بياجيه، ويرى فيجوتسكي إن النمو المعرفي يعتمد كثيراً على التفاعل الاجتماعي مع الناس الموجودين في عالم الطفل، والأدوات التي توفرها الثقافة لدعم هذا النمو.

ويرى فيجوتسكي إن الطفل يعتمد في بداية الأمر في تمثيل الأشياء على أنشطة خارجية تتمثل في استخدام أدوات خارجية للسيطرة على بيئته، ومع النمو تتحول هذه الأدوات والعمليات الخارجية إلى عمليات داخلية وأنشطة داخلية. ويعتقد إن قدرة الإنسان على التطور والتغير تمكنه من تسخير الأدوات كوسيلة مساعدة لحل المشكلات الصعبة أي استخدامها كوسائط، وكذلك استخدام العلاقات والرموز كالكلمات لتفاعل الأدوات الخارجية وتعمل كوسائط للتفاعل أي وظيفة توصيلية وبهذه الوظائف تصبح القاعدة الأساسية للأنشطة المعرفية الأخرى.

ويتشكل الإطار النظري لجهود فيجوتسكي من ثلاثة موضوعات:-

1- اعتماده على الأسلوب التطوري أو الجيني. لقد نظر فيجوتسكي إلى النمو نظرة شاملة من الولادة حتى الممات، ولا يقتصر على مرحلة معينة كما فعل معظم العلماء الذين جاءوا قبله. وهو يرى إن الدراسة التطورية

لمشكلة ما، هي الكشف عن أسسها التكوينية والسببية الحيوية (يعني البحث عن أصل نشأتها وتكوينها)،وذلك فأن السؤال المهم عند فيجوتسكي ليس: كيف ينتقل تفكير الأطفال إلى تفكير يشبه تفكير الراشدين؟ وإنما كيف تمكن الإنسان أصلاً من تطوير مهاراته وعملياته العقلية العليا ؟ أي أنه كان مهتماً بكيفية حصول الأطفال على هذه العمليات والوظائف العقلية التي سوف يستخدمونها لاحقاً في حياتهم.

2- الإدعاء بان العمليات العقلية تكمن جذورها في العمليات الاجتماعية.

يرى فيجوتسكي إن الطلبة غير قادرين على أداء الواجبات أو حفظ الأشياء واستذكارها واسترجاعها عند تركهم لوحدهم وإنما ينجحون عادة بمساعدة شخص بالغ، أما بياجيه فلديه فكرة سلبية بعض الشيء عن مثل هذا النجاح، مدعياً بأنهم يوظفون تعليم وتعلم الإجراءات لا تطوير الفهم،ويرى بان القدرة العقلية هي أظهار للأنشطة التي يمارسها الطفل بدون مساعدة، ويؤكد فيجوتسكي من ناحية أخرى على إن القدرة على التعلم من خلال التعليم هي نفسها سمة أساسية من سمات الذكاء البشري، فعندما يساعد الراشدين الأطفال على انجاز الأشياء التي لا يقدرون عليها بمفردهم فأنهم يعززون تطوير المعرفة.

وينظر فيجوتسكي إلى اللغة كوسيط هام بين التعلم والتطور فاللغة تتطور لدى الطفل بسبب حاجة الطفل إلى التواصل مع الناس في البيئة المحيطة به،ومن خلال تطور ونمو الطفل فأن اللغة تتحول إلى كلام داخلي أي يصبح عملية داخلية تعمل على تنظيم أفكار الطفل.ويختلف بياجيه وفيجوتسكي حول العلاقة التي تربط التعلم والتطور، فبياجيه يعتقد إن التطور يسبق التعلم، بينما يعتقد فيجوتسكي إن الأمر عكس ذلك .

وطبقاً لما يراه بياجيه فأن مرحلة التطور عند الفرد تحدد نوعية نموه المعرفي وان التعلم فوق ذلك المستوى لا يولد تعلماً. ومن ناحية أخرى فأن فيجوتسكي

يعتقد بان عمليات التطور تأتي وراء عمليات التعلم، وهو يشير إلى إن الأطفال يستطيعون دائماً إتمام بعض المهمات بمساعدة الرفاق أو الكبار في حين أنهم لا يستطيعون أتمامها بمفردهم وهو بذلك يشير لمنطقة التطور الأقرب ويقصد بها الفرق بين ما يستطيع الفرد أداءه بمفرده وبين ما يمكن انجازه بمساعدة من شخص أخر أكثر خبرة ومهارة منه بمعنى أنه يشير إلى الفرق بين المستوى الحالي للتطور عند الفرد والمستوى الكامن للتطور عنده.

3- الادعاء بان العمليات العقلية يمكن فهمها من خلال الأدوات والإشارات التيتتوسطها.

يعتقد فيجوتسكي إن قدرة الإنسان على التغيير والتطور تمكنه من تسخير الأدوات كوسيلة مساعدة لحل المشكلات الصعبة أي استخدامها كوسائط. ويفرق فيجوتسكي بين الأدوات والإشارات، بالرغم من إن كلاهما وسائط إلا أنهما مختلفتين من حيث طبيعة استخدام كل منهما فالأدوات تستخدم للتأثير على الموضوع الخارجي وبالتالي تأثير الإنسان على البيئة، أما الإشارات فهي نشاط داخلي والذي يهدف إلى ضبط الفرد لنفسه.

وعلى أيه حال فان الأدوات التي تهدف إلى تغير خارجي في الموضوع والإشارات التي تهدف إلى تغير داخلي في الفرد تؤدي معاً إلى التوافق.

يعتمد الطفل في بداية حياته على أدوات خارجية للسيطرة على بيئته ومع نموه فان كل العمليات الخارجية تصبح عمليات داخلية وأنشطة داخلية، ونحن لا نستطيع فهم التفكير الإنساني دون اختبار الإشارات والأدوات التي تزودنا بها الثقافة ومن الأمثلة على هذه الأدوات اللغة ومحسنات الذاكرة والكتابة والنظام العددي.

مساهمات فيجوتسكي في النمو المعرفي:

لقد قدم فيجوتسكي مساهمات مهمة تساعد على فهم النمو المعرفي:-

1- أهمية التفاعل الاجتماعي ومنطقة التطور الأقرب:

يرى فيجوتسكي إن النمو المعرفي للأطفال يمكن تسهيله وتشجيعه من خلال تفاعلهم مع أفراد أكثر منهم قدرة وتقدماً مثل الوالدين والمعلمين، حيث يرى فيجوتسكي أنه في أي مرحلة من مراحل نمو الطفل توجد مسائل معينة يكون الطفل على وشك حلها لكنه بحاجة إلى بعض الموجهات أو الإيحاءات أو المساعدة من قبل الآخرين ليتمكن من تذكر بعض الجزيئات، فالخطوات اللازمة لحل تلك المسائل، وفي هذا الإطار، ميز فيجوتسكي بين مستويين من مستويات النمو المعرفي:

أ. مستوى النمو الحقيقي: ويشير إلى المستوى الذي يستطيع الطفل من خلاله إن ينجز المهمة بنجاح بشكل مستقل أي بدون مساعدة أي راشد أخر.

ب. مستوى النمو المحتمل: ويشير إلى المستوى الذي يستطيع الطفل منخلاله إن ينجز المهمة بنجاح بمساعدة الآخرين له.

2- التعلم بالمساعدة:

يعتقد فيجوتسكي إن اللغة من العوامل التي لها دور حاسم في النمو المعرفي.فهي تزودنا بوسيلة التعبير عن الأفكار وطرح التساؤلات والتواصل مع الآخرين ويشار إن فيجوتسكي وضح أهمية اللغة على شكل المحادثة الخاصة (التحدث مع نفسك) تعمل على توجيه النمو المعرفي.

3- السقالات

لقد سمى فيجوتسكي وزملاؤه المساعدة التي يقدمها الراشدون للطفل بأنها مساندة (سقالات)،ويقترح هذا المفهوم بان الأطفال يستخدمون هذه المساعدة للتدعيم أثناء بنائهم المعرفي، وهذا الدعم قد يكون على شكل إيحاءات أو تذكير أو تجزئة المشكلة إلى خطوات أو أعطاء أمثلة ونماذج تساعد في نمو ألطفل وتطور استقلاليته.

يعتقد فيجوتسكي أن جميع الوظائف العقلية العليا لها أصولها في التفاعل الاجتماعي، أن مثل هذه الوظائف العقلية يستطيع الطفل أن يقوم بها بمساعد الآخرين قبل أن تصبح عملية داخل الطفل نفسية.

ديفيد أوزوبل (التعلم ذو معنى) AusableTheory

وضع ديفيد أوزوبل نظريته التي تبحث في التعلم ذو معنى والتي شكلت اهتمام الباحثين والدارسين في ميدان علم النفس المعرفي على مدار أكثر من ثلاثين عاماً ،ولا تزال الفكرة الرئيسية في نظريته هي مفهوم التعلم ذو معنى والذي يتحقق عندما ترتبط المعلومات الجديدة بوعي وإدراك من المتعلم بالمفاهيم والمعرفة الموجودة لديه.ففي هذا الإطار فأن أوزوبل يعتقد إن إدراك المفاهيم والعلاقات المرتبطة بالمادة المتعلمة من قبل المتعلم والمتصلة ببنيته المعرفية من أكثر العواملالأهمية وتأثير في عملية التعلم كما أنه يجعل التعلم ذا معنى.

إن أوزوبل يشير إلى إن تعلم المفاهيم يعتمد على نوع المفهوم ومستوى التطور المعرفي للمتعلم، ويعتقد إن ليس ثمة حاجة إلى أن يكتشف الفرد المفاهيم أولية كانت أم ثانوية ، ففي حالة المفاهيم الأولية فأن عملية التعلم تعرف بعملية تكوين المفهوم.وهنا لأبد من إن يزود الفرد بالخبرة الحسية المناسبة ليتمكن من تكوين المفهوم.

أما المفاهيم الثانوية فأن الفرد يتعلمها عن طريق تمثل المفهوم بما لديه في بنيته المعرفية أو لا داعي عندها إلى إن يتعلمها بالخبرة الحسية ،وحتى يتم ذلك فلأبد من إن تربط كل خبرة يراد تعلمها بالخبرات التي تسبقها ،فالتعلم ذا معنى يتم بتفاعل المعلومات الجديدة مع البنية المعرفية السابقة لتكوين بنية جديدة أكثر تمايزاً.

إن أوزوبل يرى إن قدرة المتعلم على أحداث ترابطات جوهرية بين المادة الجديدة موضوع التعلم وبين محتوى بنيته المعرفية ، وقدرته على توليد واستخلاص علاقات بين المعلومات الجديدة والسابقة ، وقدرته على استيعاب المعلومات الجديدة وتوظيفها من شأنها إن تساعده على القيام ببناء مخططات أو خرائط معرفية فعالة تساعده على انجاز المهام المختلفة ، وتسهم في توصيلة إلى الحلول الجيدة للمشكلات المتباينة حيث يصبحبإمكانه آنذاك إن يقوم بعمل تمثيلات معرفية ماهرة ومحكمة لمحتوى بنائه المعرفي.

ولقد عمل كل من نوفاك وجوين على ابتكار خرائط المفاهيم وخرائط الشكل كاستراتيجتين لتطبيق أفكار اوزوبل في التعلم ذو معنى، وبالطبع تتوقف فاعلية كل منهما على مدى وعي المعلم بالموقف الملائم لتطبيقها، ومدى مهارته في استخدامها.

المحاور الأساسية لنظرية اوزوبل:

1. البناء المعرفي:وهو المحتوى الشامل للمجال المعرفي للفرد، ووظيفته تتمثل في إعطاء الفكرة الجديدة معنى وحمايتها من النسيان وتسهيل استرجاعها عند الحاجة.
2. طبيعة العلاقات بين المعلومات السابقة والمعلومات الجديدة سواء كانت العلاقة توافقية أو تكاملية أو ارتباطية.
3. المعنى: وهو ما يستثار في وعينا من صور مكافئة لما يشير إليه اللفظ،فكلمة سيارة لا تكتسب معناها إلا إذا كانت موجودة من قبل في العقل.
4. المنظمات المسبقة (المتقدمة أو التمهيدية):ويعرفها أوزوبل بأنها عبارة عن مقدمة شاملة أو مادة تقوم بدور التمهيد للمتعلم قبل تعلم المادة الجديدة وتكون بدرجة كبيرة من التجريد والشمول والعمومية مع مراعاة صياغتها بعبارات مألوفة للمتعلم ومتصلة بدرجة كبيرة بالأفكار الموجودة في بنائه المعرفي .
5. منظومة التعلم:- إن منظومة التعلم عند اوزوبل تعتمد على مستويين رئيسين هما الأول يرتبط بأساليب تعلم الفرد وهي على شكلين:-

أ - التعلم بالاستقبال:- ويقدم التعلم في صورته النهائية للطالب وعلى الطالب استيعابها وإدخالها في بنيته المعرفية، فإذا حاول تذكرها وربطها بما عنده فهو بالتالي يستخدم أسلوب التعلم

بالاستقبال القائم على المعنى، وإذا تذكرها فقط ولم يربطها بما في بنيته المعرفية إذاً فهو يستخدم أسلوب التعلم بالاستقبال القائم على الحفظ والاستظهار ولا يحدث تغير في بنيته المعرفية.

ب - التعلم بالاكتشاف:- لا يقدم التعلم للطالب بل يقوم هو بعملية الاكتشاف ثم الاستيعاب وإدخاله في بنيته المعرفية، فإذا حاول إن يدرك العلاقات بينها وبين المعلومات الموجودة في بنيته المعرفية فهو يستخدم أسلوب التعلم بالاكتشاف القائم على المعنى، وإذا لم يدرك هذه العلاقات فهو يستخدم أسلوب التعلم بالاكتشاف القائم على الحفظ والاستظهار، التعلم بالاكتشاف يبدأ عندما يكتشف الطالب الموقف ثم ينتقل تدريجياً إلى إدراك العلاقات وتكوين الاستجابات المناسبة وبالتالي فأن ما يساعد على التنظيم يؤدي إلى المساعدة على التعلم والتذكر.

المستوى الثاني يرتبط بكيفية التي يتناول الفرد المادة التعليمية ومعالجها. وهي أيضاً على شكلين:-

أ - التعلم ذو المعنى:- حيث يعتقد اوزوبل إن لكل تلميذ بنيته معرفية خاصة به ولكي يحدث التعلم من الضروري إن تكون المعلومات التي يتعلمها ذات ارتباط حقيقي بخبراته السابقة والتي تشكل المرتكزات العقلية وتسهل عمليات الربط والدمج والاحتواء للمعلومات والأفكار الجديدة.

ب - التعلم بالحفظ:- ويقصد به تكرار وترديد وتسميع المعلومات كما هي دون فهم أو تنظيم، وفي ضوء ذلك يمكن ترتيب التعلم من حيث فعاليته في أسلوب توفير المعلومات ومعالجتها:

- تعلم استقبالي ذو معنى- تعلم استقبالي استظهاري
- تعلم استكشافي ذو معنى- تعلم استكشافي استظهاري

العوامل المؤثرة في سرعة التعلم وفاعليته عند اوزوبل :

1. مدى ارتباط المعلومات الجديدة بالمعلومات السابقة داخل البناء المعرفي للفرد، وكلما تمكن المتعلم من ربط الجديد بالسابق على نحو منطقي وذو معنى كلما بقي قوياً.
2. تنظيم المعلومات وترابطها داخل البناء المعرفي للفرد، فالمعلومات التي توضع بمعزل عن بعضها تكون أكثر عرض للنسيان مثل البطاقات المفضلة.
3. قدرة المتعلم على اشتقاق المعاني والدلالات من المعلومات وذلك تأسيساً لمعلومات جديدة.
4. تتأثر سرعة وفعالية التعلم بالفروق الفردية في استقبال وفهم ومعالجة وتجهيز المعلومات.
5. تساعد المنظمات التمهيدية على تيسير عملية التعلم من خلال زيادة فعالية الارتباطات داخل الذاكرة.

التطبيقات التربوية لنظرية اوزوبل :

1. استحضار البيئة المعرفية المرتبطة أو المتعلقة في ذهن المتعلم تساعد على التمثيل للمعلومات.
2. زيادة قابلية الأفكار والمفاهيم الجديدة للاسترجاع في إطار شبكة ترابطات في الذاكرة.
3. معرفة طبيعة وخصائص البناء المعرفي للمتعلم تعد ضرورية للتعلم الفعال.
4. توظيف المنظمات التمهيدية كأطر مرجعية جيدة التنظيم تيسر استقبال وتخزين واسترجاع المعلومات.
5. حماية الفكرة الجديدة من النسيان بربطها بغيرها وتخزينها.

ت. إعطاء معاني إضافية للأفكار والمفاهيم الجديدة عن طريق علاقات ارتباطية وتوافقية بينها وبين البنى المعرفية السابقة.

مصادر

القران الكريم .

- ابو جادو ، صالح محمد علي: (2000)، **علم النفس التربوي**، ط1 ، عمان ، دار المسيرة للنشر والطباعة.
- اندرسون ، جون آر: (2007)، **علم النفس المعرفي وتطبيقاته** ، ترجمة محمد صبري سليط ورضا مسعد الجمال، عمان ، دار الفكر للنشر.
- باترسون ، س. ه:(1980) ، **نظريات الإرشاد والعلاج النفسي** ، ترجمة حامد عبد العزيز الفقي ، الكويت.
- البواب، خليل: (2004 – 2005)، **الموسوعة النفسية**، ط1 ، بيروت، دار يوسف للطباعة والنشر والتوزيع.
- بول مس وآخرون: (1986)، **أسس سيكولوجية الطفولة والمراهقة**، ترجمة احمد عبد العزيز سلامة، ط 1 ، الكويت، مكتبة الفلاح.
- دافيد وف ، لندال: (1983)، **مدخل إلى علم النفس**، ترجمة سيد طواب ومحمود ونجيب حزام، مراجعة فؤاد أبو حطب، الرياض ، دار المريخ للنشر.
- داود، عزيز حنا والعبيدي، ناظم هاشم: (1990)، **علم النفس الشخصية** ، بغداد، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي جامعة بغداد.
- دوكلاس، هـ. فرايز واخرون: (1965) **علم النفس المعاصر**، ترجمة.
- الزياد، فتحي مصطفى (1996)، **سيكولوجية التعلم بين المنظور ألارتباطي والمنظور المعرفي**، القاهرة، دار النشر للجامعة .
- الزيود، نادر فهمي (1998)، **نظريات الإرشاد والعلاج النفسي**، ط 1، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر.
- سرى ، إجلال محمد (2000) ، **علم النفس العلاجي** ، الطبعة الثانية ، مطبعة عالم الكتب ، القاهرة
- شريف، نادر محمود: (1982) **الأساليب المعرفية الإدراكية وعلاقتها بمفهوم التمايز النفسي**، مجلة عالم الفكر.
- الشناوي ، محمد محروس: (1994) **نظرية الإرشاد والعلاج النفسي** ، موسوعة الإرشاد والعلاج النفسي (1) ، دار الغريب للطباعة والنشر ، الأردن

- عامر، احمد محمد:(2008)، **أصول علم النفس العام في ضوء الإسلام**، بيروت، دار ومكتبة الهلال ، دار الشروق .
- عباس، عدنان محمد:(1998)، **أساسيات السيكولوجية الحديثة**، ط 1 ، بيروت، دار المريخ.
- عبد الهادي ، جودت والعزة ، سعيد: (1999) **نظريات الإرشاد العلاج النفسي** ، الطبعة الأولى ، عمان ، الأردن
- العتوم ، عدنان يوسف: (2010)، **علم النفس المعرفي النظرية والتطبيق** ، ط2، عمان ، دار المسيرة للنشر والطباعة.

العزة ، سعيد حسني ، وعبد الهادي ، جودت عزت:(1999) ، **نظريات الإرشاد والعلاج النفسي** ، عمان.

- فان دالين، يوبولد ب:(1984)، **مناهج البحث في التربية وعلم النفس**، ط 2، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية.
- فهمي، مصطفى:(1967)، **علم النفس الإكلينيكي**، القاهرة، دار مصر للطباعة.
- محمد ، محمد جاسم: (2004)، **المدخل إلى علم النفس العام**، ط 1، عمان، دار الأندلس للنشر والتوزيع.

- محمد ، محمد محمود (2007)، **علم النفس المعاصر في ضوء الإسلام**، بيروت، دار ومكتبة الهلال ، دار الشروق.
- Baddeley , A. D. (1987): **Psychologie Cognitive delavie quotidenne** , Bulletin de , Psychologie , n 383 , P 37.
- Bruno , Frank , (1977) **Human Adjust meut and personnel.**
- Tiberghien , G. D.: **Psychologie Cognitive** , op , cit , P 18.
- Sfez , L. (1990): **Critique Lacommunication** , Paris , seuil , P 395.

علم النفس
المعرفي







المملكة الأردنية الهاشمية - عمّان - شارع الملك حسين

مجمع الفحيص التجاري - هاتف : 4611169 6 962+

تلفاكس: 4612190 6 962+ ص.ب 922762 عمّان 11192 الأردن

E-mail: safa@darsafa.net www.darsafa.net